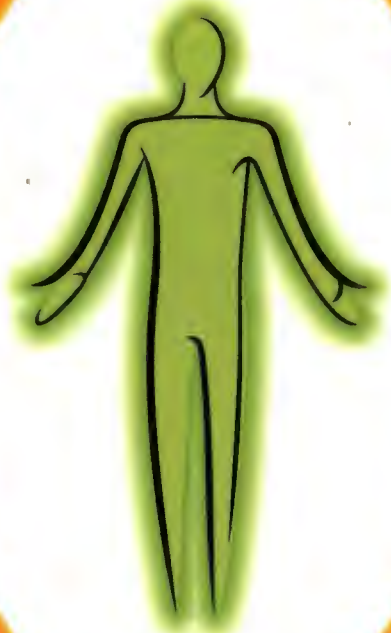
Seri Umum No. 11

Change Your AURA *Change Your* LIFE

Barbara Y. Martin

dengan

Dimitri Moraitis

PANDUAN PRAKTIS MEMBUKA KEKUATAN SPIRITUAL ANDA

"Puluhan Tuntunan Meditasi Untuk Memperdalam Hubungan Personal, Meningkatkan Karir, Dan Membuang Emosi Destruktif Serta Lebih Mendekatkan Diri Kepada Tuhan"

Change Your AURA *Change Your* LIFE

Temukan Sumber Energi Anda Yang Tak Terbatas !

Apapun yang Anda pikirkan, Anda rasakan dan Anda lakukan memancarkan energi spiritual yang bermacam warna: Itulah aura Anda. Aura adalah cetak biru spiritual Anda. Dengan mengubah kualitas aura Anda, Anda dapat secara otomatis mengubah kualitas hidup Anda.

Dalam buku yang ditulis oleh Barbara Martin yang dikenal sebagai "Mozart-nya Metafisika" ini, Anda akan mempelajari teknik yang sangat efektif untuk meningkatkan aura Anda. Teknik ini telah diajarkannya kepada ratusan orang dengan hasil yang menakjubkan.

Buku ini akan menunjukkan kepada Anda:

- Seperti apa gambaran keseluruhan aura Anda
- Apa arti dari bermacam warna aura dan arti dari aura Anda
- Bagaimana bekerja dengan sinar kekuatan melalui kekayaan spiritual termasuk cinta, kemakmuran, penyembuhan dan kebijaksanaan
- Puluhan tuntunan meditasi untuk memperdalam hubungan personal, meningkatkan karir, dan membuang emosi destruktif Anda
- Bagaimana menjadi lebih spiritual dan lebih dekat dengan Tuhan

ISBN 979-442-198-7

Change Your AURA
Change Your LIFE

Change Your AURA *Change Your* LIFE

Petunjuk Praktis
Membuka KEKUATAN
SPIRITUAL Anda

Barbara Y. Martin

dengan **Dimitri Moraitis**

PENERBIT PPM

Perpustakaan Nasional: Katalog Dalam Terbitan (KDT)

Martin, Barbara Y.
Change your aura, change your life: Langkah praktis membuka kekuatan spiritual Anda/Barbara Y. Martin dengan Dimitri Moraitis; penerjemah: fiyanti osman; penyunting: hari wahyudi.—Jakarta: Penerbit PPM, 2006

xvi, 258 hlm.; 24 cm. — (Seri Umum No. 11)

Judul asli: Change your aura, change your life: A tep-by-step guide to unfolding your spiritual power

ISBN 979-442-198-7

1. Aura 2. Umum
I. Judul II. Seri

Judul: **Change your aura, change your life: Langkah praktis membuka kekuatan spiritual Anda**
Penulis: Barbara Y. Martin bersama Dimitri Moraitis
Penerjemah: Fiyanti Osman
Penyunting: Hari Wahyudi
Desain sampul: Creative 14
Seri Umum No. 11
Kode Umum No. 13
Cetakan I Agustus 2006 oleh Victory Jaya Abadi

Buku ini didedikasikan dengan setulus hati kepada para pelajar metafisika yang terus mencari kebenaran sejati

Daftar Isi

Bagian Tiga

Membuka Kekuatan Spiritual

GAMBAR

Kata Pengantar

Merupakan suatu kehormatan bagi saya untuk ikut serta dalam penulisan *Change Your Aura, Change Your Life*. Saya telah mengenal Barbara selama bertahun-tahun dan perubahan-perubahan yang telah terjadi pada saya sebagai hasil dari bekerja dengan aura dan energi spiritual menjadi hal yang menakjubkan bagi saya. Dalam kasus saya, tidak terlalu banyak hal yang berkaitan dengan penanganan atas kasus trauma atau tragedi pribadi. Sebenarnya, saya berasal dari keluarga dengan kehidupan yang tenang. Saya tumbuh dengan orang tua yang mengasihi dan seorang saudara laki-laki yang menjadi teman terbaik saya. Apa yang telah saya lakukan merupakan keinginan yang tak habis-habisnya untuk menyentuh sisi spiritual dari kehidupan saya. Keinginan itu telah direalisasikan hingga derajat yang lebih tinggi dari yang pernah saya bayangkan melalui kerjasama dengan Barbara dan pekerjaan ini.

Pada saat kita mulai kerja bersama, Barbara mempunyai sangat sedikit informasi yang terorganisir yang mencakup semua pengajaran yang mengagumkan. Ia telah mengajar selama bertahun-tahun, tetapi kebanyakan instruksinya diberikan secara lisan. Bagi mereka yang telah mengenal dan belajar tentang jiwa-jiwa yang kuat, misteri ini dapat dipahami. Seringkali ini menjadi tugas dari orang di sekitar seperti guru yang terinspirasi untuk mengatur dan mendistribusikan pengajaran yang disampaikan. Masih merupakan tugas guru untuk memelihara hubungan yang diperlukan agar menjadi efektif dan akurat. Jadi selain menjadi muridnya, kami bekerjasama dalam penulisan, yang akhirnya membawa kami pada kerjasama dalam menerbitkan buku *Change Your Aura, Change Your Life*.

Selama waktu kami bersama, saya telah mengetahui segala hal tentang Barbara terutama pengajarannya yang tetap konsisten penuh dan dapat dipercaya. Saya tidak pernah sekalipun mempunyai alasan untuk mempertanyakan integritas dari instruksi-instruksi ini. Saya telah menjadi saksi terhadap berbagai penyembuhan dan transformasi yang diterima orang lain, yang menunjukkan banyak validitas dan manfaat dari energi spiritual.

Tidak ada buku yang dapat menggantikan pengalaman langsung bekerja dengan aura dan Cahaya keilahian. Namun saya berharap dengan segenap hati saya bahwa buku *Change Your Aura, Change Your Life* membuat semua perjalanan menuju pencerahan yang luar biasa menjadi sedikit lebih jelas dan lebih dapat dipahami oleh Anda, sebagaimana halnya dengan saya.

DIMITRI MORAITIS, *mitra kerjasama*

PENDAHULUAN

Kekuatan spiritual yang menakjubkan bekerja di tengah-tengah kita. Meskipun tidak dapat dilihat secara fisik, tetapi ia hidup dan aktif. Ia merupakan bagian dari diri kita dan kita merupakan bagian darinya. Kekuatan ini dikenal sebagai bidang energi manusia-atau aura.

Dalam halaman-halaman buku ini, kita akan menguraikan apa yang dimaksud dengan bidang aura dan bagaimana untuk memperbaikinya dengan bekerja dengan energi spiritual. Buku ini dirancang untuk menjadi manual pelatihan yang dapat diwariskan tentang bagaimana bekerja dengan aura untuk memperbaiki kualitas kehidupan Anda. Buku ini memperkenalkan alat meditasi yang kuat untuk mengakses sumber kekuatan spiritual yang tak terbatas yang sederhana dan mudah untuk diikuti.

Kedalaman aktivitas yang ada dalam setiap diri kita, tak dapat dilihat dengan mata secara fisik, adalah benar-benar menakjubkan. Bagi siapapun yang telah mempelajari subyek ini, suatu kenyataan menjadi sangat jelas; Ada lebih banyak lagi bagian kehidupan yang tak terlihat dibandingkan yang dapat dilihat. Akhirnya, harapan saya adalah agar buku ini dapat memberikan pengetahuan yang lebih besar pada diri Anda, yang benar-benar Ada, dan potensi tak terbatas diri Anda seperti suatu kehidupan spiritual.

Setiap proses spiritual yang digambarkan disini telah ditunjukkan kepada saya melalui pengamatan kewaskitaan langsung saya sendiri. Saya dilahirkan dengan berkah bakat pandangan spiritual; kewaskitaan menurut saya adalah bagian alami dari kehidupan. Dari kecil, saya dapat melihat berbagai aura, dan juga mempunyai visi spiritual lain yang tak terhitung jumlahnya. Sesungguhnya, ketika saya masih sangat muda, saya mengasumsikan bahwa setiap orang melihat apa yang saya lakukan. Merupakan kenyataan yang mengagetkan manakala saya mengetahui bahwa mereka tidak melihatnya.

Kewaskitaan (penglihatan yang jelas) merupakan kemampuan untuk mengamati proses spiritual tak terlihat dari kehidupan secara normal. Saya berumur sekitar tiga tahun ketika pandangan spiritiual saya terbuka terhadap dunia aura yang indah. Saya mulai melihat aura-aura tersebut

mengelilingi orang-orang dan benda-benda. Meskipun saya mempunyai sedikit pemahaman terhadap apa yang telah saya lihat, saya ingat melihat sejumlah aura mengelilingi orang tua saya dan saudara-saudara saya dan memperhatikan bagaimana warna-warna akan berubah sesuai dengan tindakan dan *mood* mereka. Saya ingat melakukan perjalanan ke berbagai wilayah untuk melihat pepohonan dan bunga-bunga dan memikirkan betapa indahnya kehidupan. Dan betapa Tuhan ada dimana-mana.

Saya mempunyai pengalaman ketika berusia empat tahun, yang mengajarkan pada saya pelajaran-pelajaran penting tentang kemampuan saya. Ayah saya adalah seorang pendeta Yunani Ortodoks yang memiliki kemampuan perekayasan yang baik. Keuskupan Agung telah mengirimnya ke berbagai kota untuk membangun gereja, kemudian mengembangkan jemaah gereja. Dia melakukan hal ini di berbagai wilayah negara bagian, dan selalu sukses. Akibatnya, keluarga kami sering berpindah tempat tinggal. Sesuatu yang tidak selalu mudah bagi kita. Saya mempunyai tiga saudara laki-laki dan dua perempuan. Hidup hanya mengandalkan pada gaji pendeta sungguh memprihatinkan, terlebih lagi dengan seringnya kami pindah tempat tinggal. Bagaimana ibu saya berusaha agar kita gembira dapat dibuat buku tersendiri—ia telah melakukan pekerjaan yang sangat mengagumkan.

Suatu hari, kita semua pergi untuk peresmian gereja baru. Itu ada sebuah upacara penting, oleh karenanya keluarga kami menjadi bagian yang penting dalam kegiatan itu. Uskup Besar datang dari Keuskupan Agung New York. Ada sekitar ratusan orang. Uskup Besar berdiri seperti raja, dengan tiaranya yang gemerlapan dan salib di depan altar. Di sebelah kanan dan kirinya ada dua uskup yang memimpinnya. Saya telah mempelajari aura dari uskup besar dan menemukan bidang energinya dalam kondisi mengancam. Selain cerdas, warna-warna yang meringankan pikiran, ia mempunyai warna yang gelap, warna-warna yang aneh sekali yang memancar darinya. Namun, uskup di sebelah kanannya, yang peringkatnya lebih rendah, mempunyai aura yang sangat indah dengan warna-warna dengan kilauan lembayung yang menyolok.

Dalam keyakinan Yunani Ortodoks, adalah hal biasa untuk mencium tangan dari uskup besar, pendeta dan uskup yang memimpin. Ketika giliran kami untuk turun ke gang dan mencium tangan uskup besar, saya menolak. Ibu saya membujuk. Di depan seluruh jemaat, saya berteriak,

"Tidak, dia seorang monster! Ia memakan anak-anak!" Tanpa berkata apapun, ibu saya menarik saya keluar dan menampar saya.

Jadi, saya mempelajari bahwa bakat dapat menjadi kutukan dan juga berkah. Siapa yang ingin melihat energi-energi buruk yang mengitari seseorang—khususnya anggota keluarga atau orang yang dikasihi? Saya belajar untuk diam tentang apa yang saya lihat dan mematikan semua bakat yang saya miliki manakala saya menginginkan demikian, sehingga saya tidak akan menjadi kewalahan.

Dalam umur belasan, saya mulai menyadari bahwa adalah mungkin untuk tidak hanya mengamati aura, tetapi mengubah dan memperbaikinya. Saya juga menjadi sadar bahwa saya tidak sendirian dalam proses ini, sehingga saya dibantu oleh kehidupan dari dunia spirit. Dari masa kanak-kanak, saya dapat melihat mereka, tetapi ketika saya tumbuh besar, kehadiran mereka semakin dapat saya pahami.

Ketika berumur dua puluhan, saya memulai program pelatihan dengan kehidupan spiritual ini, yang memerintahkan saya dalam beberapa segi dari dunia spiritual. Pelatihan ini akhirnya membawa saya untuk menjadi seorang guru metafisika dan untuk sebagian besar prinsip-prinsip tersebut telah saya berikan dalam buku ini. Saya juga mempunyai beberapa orang guru spiritual dalam dunia materi, yang mengajarkan saya dan membantu mempersiapkan saya untuk teguh dalam mengajar.

Ketika tiba waktunya bagi saya untuk mulai kerja secara profesional, saya menjadi ragu. Saya bekerja pada perusahaan auransi pada saat itu, seorang ibu tunggal yang memelihara dua orang anak, dan kerja spiritual ini tampak seperti perbuatan yang mengandung resiko, meskipun saya tahu nilainya. Saya juga tahu betapa banyak tanggung jawab yang dipikul oleh seorang guru spiritual dan tidak yakin saya bisa sampai pada tugas itu. Tetapi, saya didorong—dalam cara yang paling luar biasa—oleh beberapa orang yang melihat bahwa saya memiliki sesuatu untuk ditawarkan. Ketika saya berusia awal tigapuluhan, saya telah menyerahkan pekerjaan saya dan mulai mengajar metafisika secara penuh waktu. Sejak saat itu saya terus mengajar.

Saya ingin menekankan bahwa latihan-latihan dalam buku ini sama sekali bukan pengganti dari petunjuk profesional yang terlatih. Terkadang upaya-upaya spiritual Anda sendiri tidak akan cukup untuk memulihkan keadaan, dan Anda akan memerlukan bantual luar yang berpengalaman.

Yang pasti, jika Anda mengalami kekacauan psikologis dan fisik yang serius, maka Anda harus berkonsultasi pada dokter, konselor, atau penyembuh spiritual yang berpengalaman untuk menyempurnakan setiap kerja spiritual Anda sendiri.

Sebuah catatan tentang ilustrasi: Sambil saya membuat segala upaya untuk menunjukkan aura setepat mungkin, sejumlah interpretasi tertentu tak terhindarkan. Selain itu, hampir tidak mungkin untuk melihat aura secara keseluruhan pada saat yang sama. Ketika saya sedang membaca aura seseorang, saya memfokuskan pada satu bagian sebelum melanjutkan ke bagian lainnya. Dalam ilustrasi-ilustrasi aura ini, saya telah mencoba untuk menunjukkan sifat-sifat spesifik dari aura juga aura kemanusiaan secara keseluruhan. Kebanyakan dari sumbangan-sumbangan ini merupakan potongan melintang dari aura yang digambarkan. Dalam kenyataannya, aura adalah sungguh-sungguh tiga dimensi dan mempunyai gerakan.

Saya ingin berterima kasih kepada beberapa teman, para anggota keluarga, rekan-rekan, dan murid-murid saya yang telah mendukung dengan begitu sabar selama penulisan buku ini. Penyusunan buku ini telah memakan waktu beberapa tahun. Saya ingin memperkenalkan mitra kerjasama saya yaitu, Dimitri Moraitis, untuk kerjanya yang tiada kenal lelah. Dimitri telah menjadi murid yang berdedikasi dan teman selama beberapa tahun dan telah mengembangkan pemahaman yang cermat tentang pengetahuan yang disajikan di sini. Saya banyak menggambarkan pengalaman masa lalu juga inspirasi yang segar untuk materi dalam buku ini. Dan menjadi tugas Dimitri untuk menyaring informasi dan mengolahnya dalam buku ini, dengan bentuk sastra. Bentuk buku ini sedemikian rupa menarik merupakan kontribusi kreatif dari Dimitri.

Saya harap buku ini akan memberikan inspirasi pada Anda untuk mencapai ketinggian spiritual yang baru. Saya telah mengajar selama beberapa tahun, dan ini telah menjadi pengalaman saya untuk melihat bagaimana bekerja dengan cahaya telah menolong orang untuk tumbuh dan mengungkapkan lebih banyak potensial sejati mereka. Orang-orang mengatakan, sesuatu yang indah untuk membangun jembatan atau bangunan yang sangat bagus, tetapi bahwa prestasi terbesar dari semuanya adalah menjadi orang yang bisa membangun orang lain. Saya setuju.

BARBARA Y. MARTIN

BAGIAN

Satu

Aura sebagai Refleksi Kehidupan Anda

BAB

1

Rekening Spiritual Anda

Bayangkan apabila Anda mempunyai rekening pribadi dengan jumlah dana yang tidak terbatas, dan siap Anda gunakan kapan saja. Pertama kali mungkin Anda akan merasa hal ini merupakan sesuatu yang tidak mungkin. Namun apabila Anda sudah melihat rekening tersebut dan Anda dapat mengambil uangnya, maka sesuatunya akan berubah, bukankan demikian?

Sekarang, Anda mempunyai kemampuan untuk mencurahkan simpanan energi spiritual yang tidak terbatas jumlahnya, yang dapat membantu dalam setiap aspek kehidupan Anda. Anggap saja ini merupakan rekening spiritual Anda. Anda membutuhkan lebih banyak cinta dalam hidup? Gunakan energi untuk mewujudkan cinta. Anda ingin inspirasi baru? Manfaatkan energi untuk memberikan inspirasi akan gagasan-gagasan baru. Anda ingin menjadi lebih makmur? Energi merupakan kekuatan besar yang dapat mewujudkan kesejahteraan. Rekening spiritual jauh lebih berharga dibandingkan rekening uang seberapapun jumlahnya, dan tidak ada tuntutan lain terhadap rekening spiritual ini selain Anda harus menggunakannya.

Energi merupakan rahmat dari Tuhan, dan ini merupakan salah satu kunci penting untuk mengembangkan kehidupan yang lebih baik. Dengan

rekening spiritual, Anda dapat mempercepat perkembangan spiritual dan pribadi Anda. Anda dapat menghasilkan apa yang Anda inginkan dalam waktu yang lebih cepat, mengatasi masalah pribadi secara lebih efektif, dan mampu membantu orang lain dengan tingkatan kualitas yang lebih baik.

Kekuatan hebat ini dirasakan sebagai cahaya warna warni yang yang jauh lebih bagus dibandingkan dengan apapun yang ada dalam spektrum fisik. Cahaya spiritual memiliki sumber dan tujuan tersendiri, yang sangat berbeda dari cahaya yang kita lihat dengan mata. Saya telah melihat cahaya spiritual ini dapat memperbaiki hubungan, membantu orang keluar dari depresi yang sangat hebat sehingga hampir bunuh diri, menyembuhkan penderitaan akibat siksaan fisik, mental dan seksual, menciptakan perkawinan yang harmonis, membantu mengatasi rasa kecanduan dan berbagai perilaku yang tak wajar, mengeluarkan orang dari belitan masalah keuangan yang sulit, dan membawa mereka pada puncak spiritual yang mereka anggap sebagai sesuatu yang tidak mungkin. Semakin mereka mengabdikan diri mereka sendiri, maka semakin banyak cahaya yang bekerja untuk mereka. Beberapa bentuk transformasi atau perubahan kondisi tersebut dapat terjadi seketika, ada juga yang membutuhkan waktu cukup lama. Namun yang jelas, perubahan tersebut dapat terjadi.

Selama beberapa abad, cahaya spiritual telah digambarkan dalam berbagai tulisan yang berkaitan dengan Kitab Injil, literatur dan seni. Dalam Genesis, salah satu tindakan Tuhan adalah menciptakan cahaya. Dalam New Testament, burung merpati perdamaian memberkati umat manusia dengan memancarkan cahaya dari mulutnya. Light of Christ (cahaya Kristus) membutakan mata Saul untuk sementara waktu ketika ia sedang perjalanan ke Damaskus. Banyak sekali gambar-gambar yang menunjukkan para bidadari dan malaikat memancarkan cahaya untuk menyembuhkan atau memulihkan jiwa yang sedang menderita; dan dalam berbagai pemberkatan para penerima berkat "diminyaki" dengan cahaya. Banyak dari mereka yang pernah hampir mati atau sekarat, mengungkapkan bagaimana cahaya yang hebat ini dapat membantu mereka mengatasi situasi sulit tersebut. Cahaya Illahi (*Divine Light*) merupakan faktor penting dalam membuat hidup mereka menjadi lebih menyenangkan.

Jika Anda telah mempelajari metafisika, maka Anda akan mengenal cahaya putih. Orang menggunakan cahaya putih ini dalam situasi tertentu, seperti untuk perlindungan, atau untuk memperjelas sebuah kondisi.

Citranya yang sangat kuat adalah: sebagai cahaya yang menghilangkan kegelapan. Cahaya putih adalah bagian dari gudang spiritual Anda. Selain itu, ada banyak susunan energi spiritual lainnya yang siap melayani Anda dalam rangka pengembangan spiritual dan pribadi. Seperti halnya cahaya fisik yang mempunyai beberapa warna spektral, cahaya spiritual datang pada Anda dalam berbagai warna—setiap cahaya melayani tujuan spiritual yang berbeda.

Bagaimana aura Anda mengambil peran dalam berbagai hal tersebut? Aura Anda merupakan energi. Apapun yang Anda rasakan, Anda pikirkan dan Anda lakukan memancarkan sebuah energi spiritual yang datang melalui berbagai warna dan intensitas. Inti dari semua itu adalah aura. Dan keajaiban aura adalah bahwa Cahaya Illahi mengekspresikan diri Anda. Aura Anda merupakan ungkapan dari Cahaya Illahi. Apabila gudang spiritual Anda dapat diibaratkan sebagai rekening dengan dana yang sangat banyak, maka aura adalah rekening koran spiritual Anda yang berisi catatan tentang penggunakan energi spiritual tersebut. Manakala Anda memasukkan energi spiritual, maka Anda akan menarik energi ke dalam daerah aura Anda sebelum digunakan dalam kehidupan Anda. Sehingga, dengan mengubah aura, maka akan terjadi perubahan dalam kehidupan Anda secara otomatis. Mengubah aura, berarti mengubah kehidupan Anda. Ini adalah salah satu hukum spiritual.

Energi spiritual didefinisikan sebagai Cahaya Illahi yang menggerakkan kekuatan hidup Illahi terhadap semua mahluk. Dengan kata lain, ada sebuah kekuatan yang menyalurkan cinta Illahi, kedamaian Illahi, kebijaksanaan Illahi, dan semua atribut Illahi kepada kita. Cahaya spiritual adalah kekuatan yang memungkinkan semua hal tersebut dapat terjadi. Tanpa saluran energi ini, kita tidak punya alat untuk menerima apapun dari Sang Pencipta.

Cahaya spiritual adalah bagian dari radiasi yang luar biasa yang berasal dari hati dan pikiran Sang Pencipta. Ini merupakan energi yang ada di sepanjang kehidupan dan merupakan kekuatan di balik semua kegiatan yang dilakukan manusia, baik fisik maupun spiritual. Dari keadaan yang paling murni, cahaya mengalir dari bidang penciptaan yang tertinggi ke dalam gradasi yang beragam, untuk digunakan dalam berbagai keperluan. Apabila Anda membutuhkan lebih banyak cinta, cahaya ini akan membawa Anda pada aliran Cinta Illahi (*Divine Love*). Apabila Anda

ingin kemakmuran, cahaya akan memberikan kualitas energi yang berbeda dan membawa Anda pada kesadaran penuh untuk mencapai kemakmuran tersebut.

Karena cahaya terpancar dari sumbernya di angkasa ke dalam aura Anda, maka ia akan meningkatkan kekuatan spiritual yang dibutuhkan untuk menciptakan apa saja yang Anda inginkan. Saya mempunyai pengalaman pribadi sebagai contoh. Ketika kakak laki-laki saya yang tertua, Philip, masih muda, dia bercita-cita untuk menjadi seorang penyanyi opera. Ia memiliki suara yang sangat bagus dan setiap orang merasa bahwa ia terlahir dengan bakat menyanyi dan suatu saat akan dapat mencapai cita-citanya itu. Ketika ia mulai merintis menjadi penyanyi, ia mengikuti pelatihan dan hanya mempunyai sedikit uang. Guru vokalnya memberinya pelajaran gratis karena mengetahui bahwa Philip mempunyai potensi yang besar. Dalam aura kakak saya, saya dapat melihat kekuatan spiritual bersambung dengan bakat kreatif—cahaya terang warna biru elektrik. Saya juga melihat energi biru yang tajam, yang menunjukkan jalan kesuksesannya dalam seni. Warna-warna ini merupakan awal dari apa yang nantinya akan menjadi tujuan spiritualnya. Dari pengamatan saya terhadap auranya selama bertahun-tahun, ia memperoleh pelatihan dan berjuang, saya melihat warna-warna auranya perlahan-lahan menjadi terang seiring dengan meningkatnya bakat dan keterampilannya. Pada satu titik, saya mulai melihat warna hijau biru (*turquoise*) yang berkilauan dalam energi yang datang ke dalam auranya, yang mengindikasikan kemakmuran. Energi ini terpancar sendiri meskipun ia belum terwujud dalam kehidupan kakak saya. Energi inilah yang kemudian saya ketahui menjelma dalam hal-hal yang baik berada di sekitar kakak saya. Auranya memiliki ciri-ciri sukses, dan cukup pasti, dan tak lama kemudian ia pun benar-benar sukses di bidangnya.

Kita semua mempunyai kemampuan untuk mengubah dan memperbaiki diri sendiri. Tidak masalah di mana kita berada atau apa yang telah kita lakukan dalam hidup; kita semua hidup untuk suatu tujuan dan telah menerima alat spiritual untuk dapat berhasil mencapai tujuan tersebut. Dengan bekerja pada diri sendiri, kita dapat menarik energi spiritual yang akan memperbaiki hidup kita. Kita mengalami berbagai pengalaman selama dalam proses belajar atau berkembang, sementara di balik kegiatan pengembangan ini kita juga memperoleh kekuatan spiritual, yang merupakan kunci untuk mewujudkan keberhasilan dari usaha yang kita lakukan.

Pemicu Gerak Spiritual

Tindakan terpenting yang dapat Anda lakukan adalah mendapatkan cahaya. Ini merupakan kunci seluruh kehidupan Anda. Anda akan memperoleh cahaya melalui setiap pikiran, kata-kata, perbuatan dan perasaan Anda yang bersifat konstruktif. Setiap hal positif yang Anda lakukan, meskipun kecil, diakui atau tidak diakui, juga akan menambah perolehan cahaya. Semakin banyak cahaya yang Anda peroleh, maka aura yang datang semakin terang dan kesadaran Anda untuk menapaki kesuksesan semakin tinggi. Itulah sebabnya mengapa penting bagi Anda untuk menata diri mengikuti cara hidup spiritual dan memperlakukan teman dengan baik.

Anda mungkin bertanya," Mengapa tidak menjadi orang yang baik saja?" Mengapa tidak melakukan hal terbaik yang bisa Anda lakukan dan selebihnya serahkan pada Tuhan. Mengapa perlu melaksanakan proses bekerja dengan energi aura? Tentu saja, melakukan hal-hal yang baik dan menjadi orang yang baik merupakan bagian penting dari perkembangan spiritual. Ini merupakan tanda dari jiwa yang berevolusi. Tetapi hanya dengan menjadi baik tidak akan menyempurnakan gambaran spiritual secara keseluruhan. Anda perlu mengkombinasikan sifat kasih sayang dengan perlengkapan spiritual yang efektif agar perkembangan spiritual dan pribadi Anda berhasil. Beberapa kali mungkin Anda akan mengalami hambatan dalam mengejar tujuan hidup Anda, dan dapat mendapatkan manfaat dengan menggunakan gudang spiritual Anda. Berapa kali Anda menyadari tentang suatu masalah dan termotivasi untuk memperbaiki kesalahan, tetapi tak peduli apapun yang Anda lakukan, namun hal itu sepertinya tidak terjadi? Bagaimana bisa ada perubahan jika kekuatan untuk mengubahnya tidak ada?

Saya akan memberikan beberapa contoh tentang bagaimana bekerja dengan energi spiritual dapat membantu mempercepat perubahan. Saya mempunyai seorang murid yang menanyakan apakah saya dapat membantu saudara perempuannya. Saudaranya adalah seorang perancang busana. Saya pergi melihatnya di studio kecil miliknya di Hollywood. Ketika saya berjalan, saya melihat seorang perempuan cantik dan menarik, dalam keadaan basah kuyup serta bingung. Rambutnya kusut dan ada lingkaran di bawah matanya pertanda kurang tidur. Meskipun ia seorang desainer hebat, namun ia menggunakan pakaian dan jas lusuh yang terkesan

murahan. Yang jelas, ia telah mengalami sesuatu yang sangat dramatis, dan benar-benar butuh bantuan. Dia mengatakan pada saya bahwa ia tidak makan selama berhari-hari, sehingga hal pertama yang kami lakukan adalah pergi ke sebuah restoran untuk makan.

Iapun segera menceritakan kisahnya pada saya. Kisahnya berawal dari suaminya yang juga mitra bisnisnya, yang telah pergi dan meninggalkannya, dengan membawa semua uang yang mereka miliki. Mereka memiliki sebuah studio desain kecil, yang dikelola dengan baik. Namun, suaminya telah memutuskan untuk melarikan diri dengan membawa semua uang, tanpa menyisakan sepeser pun untuk dirinya. Dia berusaha untuk tetap menjalankan bisnisnya, tetapi tanpa memiliki dana sedikit pun, karena ia telah kehilangan semua tabungannya dan akhirnya bisnisnya pun hancur. Dia bahkan kehilangan rumahnya. Ketika saya bertemu dengannya, dia sedang tidur di studionya dan menggunakan meja pola sebagai alas tidurnya! Dia bingung, marah, dan frustasi. Dia tidak bisa mengerti bagaimana bisa suaminya, yang membantunya membiayainya sekolah desain dan memulai bisnis, akan mengambil keuntungan darinya dengan cara yang kasar.

Ketika pertama kali saya bertemu dengannya, saya dapat melihat bahwa ia adalah orang yang sangat berbakat. Ia memiliki aura dengan warna biru elektrik dan biru bubuk, yang mengindikasikan bakat dan inspirasi. Ia juga memiliki kecerdikan secara spiritual yang ditunjukkan dengan beberapa cahaya putih dan keemasan di atas kepalanya. Namun ia pun telah mengalami hal yang sangat traumatis yang ditandai dengan beberapa aspek dari auranya yang sangat tidak terarah dan berwarna keruh. Terlihat sangat banyak cahaya abu-abu, yang menunjukkan rasa takut dan cemas. Ada juga energi yang berwarna coklat kekuning-kuningan yang menunjukkan hilangnya semangat: pengalaman traumatis telah membuatnya dalam posisi mental yang goyah. Meskipun ia telah mencoba untuk mengatasinya, namun ia tidak tahu bagaimana keluar dari keadaan yang sulit. Ada kemarahan yang ditujukan pada suaminya, yang muncul dalam warna merah yang melemah. Terlihat juga energi berwarna coklat tua, hijau gelap dan hitam kecil di sekitar aspek emosional dari auranya. Warna-warna ini memantulkan perasaannya yang hancur dan ingin membalas dendam.

Saya katakan padanya bahwa saya dapat membantunya jika ia tidak berkeberatan. Syukurlah, dia bersedia dan langsung mau melakukannya.

Dia kemudian bekerja dengan energi spiritualnya setiap hari, dan rajin menggunakan beberapa energi untuk melakukan pekerjaannya. Dengan rasa takjub, ia mulai merasakan pengaruh dari cahaya tersebut, dan dengan segera ia mulai dapat memperoleh kembali harapan dan optimisme yang dibutuhkan untuk melanjutkan hidupnya. Dia menggunakan sinar yang membersihkan untuk menghilangkan emosi dan pikiran yang gelap yang terbentuk di dalam dirinya. Dia menggunakan energi dinamis untuk menghidupkan lagi rasa percaya dirinya, mengingat seluruh pengalamannya yang lalu telah membuat rasa percaya dirinya menjadi sangat rendah. Dia bekerja dengan energi yang seimbang untuk menghadirkan kembali irama spiritual dan harmoni hidupnya. Banyak hal yang berkaitan dengan kemauan memberi ampunan atau maaf yang dilakukan oleh sinar kasih sayang atau cinta, di samping juga pembaruan energi untuk membangun vitalitas dan kekuatan spiritualnya.

Dalam waktu tiga bulan, upaya keras yang dilakukannya membuahkan hasil. Auranya telah berubah secara dramatis, yaitu menjadi jauh lebih terang dan berkilauan. Warna-warna keruh dan abu-abu yang tidak beraturan arahnya telah hilang. Perasaan dendam terhadap suaminya juga hilang, dan dia telah memaafkannya. Energi yang kacau balau yang telah menutupi pikirannya telah lenyap, dan kini tubuh mentalnya telah tajam dan jelas, dengan energi berwarna kuning dan keperakan. Hijau emerald juga kuat dalam auranya, yang menunjukkan bahwa hidupnya telah jauh lebih seimbang, pikirannya jauh lebih jelas. Barangkali yang terpenting dari semuanya adalah ia dapat mengungkapkan sifat kasih sayangnya lagi, yang muncul sebagai cahaya merah muda yang tajam. Secara keseluruhan sikap dan perilakunya telah berubah, dan ia menjadi orang yang lebih baik dari sebelumnya.

Perubahan dalam auranya direfleksikan secara menyolok dalam hidupnya. Dia menemukan tempat untuk menghidupkan studionya dan dapat membuat desainnya lagi. Meskipun bisnis yang telah ia mulai sebelumnya telah hilang, ia mendaftarkan diri lagi di sekolah desain untuk mengembangkan keahliannya dan tak lama kemudian ia pun memperoleh pekerjaan di sebuah perusahaan sebagai desainer. Dia telah mampu mandiri dan berkembang dengan baik. Dan ia telah melakukannya dengan baik. Ia kini berada di New York dan menjadi seorang eksekutif dengan kewenangan yang tinggi. Berkah luar biasa lainnya adalah kami berdua

menjadi kawan yang sangat baik. Ini merupakan kekuatan dari energi spiritual.

Contoh yang lain yaitu ketika saya memberikan nasihat pada seseorang yang mempunyai sifat boros. Dia telah berkeluarga, memiliki empat orang anak, dan berpenghasilan besar sebagai akuntan. Namun, ia sangat boros menggunakan uangnya. Ia akan membeli setiap apa yang diinginkannya, seperti sejumlah mobil, kapal pesiar, atau apapun yang terlintas dalam pikirannya, hingga semua uangnya terkuras habis. Bahkan, ia tidak punya cukup uang untuk merawat keluarganya, dan selalu kekurangan uang. Istrinya begitu tertekan dengan perilaku borosnya sehingga akhirnya ia memutuskan untuk pergi dan meninggalkan suaminya. Anak-anaknya juga marah. Ia tahu bahwa ia telah menyakiti perasaan keluarganya, tetapi ia tidak berdaya untuk lepas dari cengkeraman sifat borosnya yang luar biasa.

Dia datang pada beberapa psikiater untuk mencari pertolongan. Dalam terapinya, ia menemukan bahwa masalahnya berasal dari pengalaman masa kecil dengan orang tuanya. Orang tuanya menolak keinginannya untuk memiliki mainan atau benda-benda lain. Kapan pun ia menginginkan sesuatu, maka mereka akan selalu menolaknya. Akibatnya, ia selalu merasa terbuang dan secara emosional tidak aman. Kini setelah dewasa dan bisa menghasilkan banyak uang, ia merasa adanya dorongan yang sangat kuat untuk mengkompensasikan apa yang dia rasakan semasa kecil dengan membeli semua barang yang dia inginkan—tanpa pikir panjang, dan langsung membeli saat keinginan tersebut muncul.

Ketika pertama kali saya berjumpa dengannya, dia sangat terbuka dengan masalah yang sedang dialaminya. Ia seorang yang baik, dan benar-benar ingin memperbaiki banyak hal dan menyelamatkan perkawinannya. Untungnya, ia sangat terbuka untuk melakukan upaya dengan menggunakan cahaya. Auranya menunjukkan bahwa energi negatif yang diciptakannya tidak benar-benar ingin tetap berada di posisinya, dan ada beberapa bidang yang dapat digunakan. Ia memiliki energi berwarna kuning-lemon dan perak yang bersinar dari bagian mental dari auranya, dan membuktikan adanya pikiran yang baik dan positif. Namun, pikiran ini ditutupi oleh beberapa energi abu-abu yang bercampur dengan kuning mustard, yang menunjukkan depresi dan kekacauan. Ada juga awan kelabu kecemasan di atas kepalanya, akibat keasyikan terhadap kondisinya.

Meskipun beberapa vibrasi kecemasan ada di sekitarnya, warna oranye terang dalam auranya menunjukkan bahwa ia adalah orang yang optimistik. Energi biru yang mempesona dalam bagian emosi auranya menunjukkan semangatnya untuk hidup.

Rasa ingin memiliki berbagai benda muncul dalam auranya sebagai energi merah terang. Kenyataannya adalah energi ini terang dan menyatakan bahwa tidak ada sesuatu yang salah secara keturunan dengan keinginannya untuk memiliki benda-benda tersebut. Masalahnya berpusat pada cara ia mendapatkan apa yang diinginkan. Tetapi, ia juga mempunyai energi coklat-cocoa, yang menandakan bahwa ia berpikiran picik—yang menjadi sebab kurangnya perhatian dari keluarganya.

Di bagian atas auranya, yaitu di atas tempurung kepala, ada beberapa bentuk-bentuk pikiran seperti gumpalan. Bentuk pikiran berwarna hitam dan hijau gelap pada sisi kanan menunjukkan rasa cemburu atau iri, juga rasa benci terhadap orang lain yang mempunyai uang atau barang lebih banyak dari dirinya. Bentuk pikiran pada sisi kiri terlihat sebagai energi berwarna merah yang melemah. Ini menandakan pendekatan agresif untuk menjadi orang yang selangkah lebih maju dari orang lain.

Ia beruntung dapat menjadi orang yang mempunyai disiplin, yang diperolehnya dari sejumlah pelatihan akuntansi, dan mampu untuk mengabdikan diri untuk melakukan perubahan diri. Pertama-tama dia berusaha untuk menghilangkan kemarahannya kepada orangtuanya. Dengan menggunakan cahaya putih, ia mengubah kenangan lama dan frustasi yang ia rasakan karena keinginan terhadap mainan dan benda lainnya yang tidak pernah diperolehnya ketika masih kecil. Ia bekerja dengan warna api putih-biru untuk membangun kekuatan baru dalam hidupnya, dan pink-rose tajam untuk memaafkan orang tuanya atas apa yang telah mereka lakukan terhadapnya. Sedikit demi sedikit ia mulai melihat bahwa apa yang dilakukan orang tuanya adalah hak mereka sebagai orang tua yang bebas memilih untuk memberikan atau tidak memberikan apa yang diminta oleh anaknya. Mereka punya alasan sendiri terhadap hal itu, dan ia tidak menyalahkan mereka untuk melakukannya. Ia juga bekerja dengan api merah-jingga untuk menghilangkan bentuk pikiran yang boros yang telah ia ciptakan karena kemarahannya. Ia memasukkan cahaya keperakan dan keemasan untuk memancarkan ketidakmatangan tindakannya dan membangun logika dan disiplin dalam kebiasaan boros.

Akhirnya, ia bekerja dengan sinar abu-abu hijau untuk membantu mengatur dan membuat stabil kebiasaan berpikirnya.

Begitu ia mulai dapat mengendalikan diri sendiri, ia mulai menggunakan cahaya deep rose-pink pada keluarganya, sehingga mereka dapat memaafkannya. Ia berdoa untuk isterinya agar kembali padanya. Begitu isterinya melihat suaminya telah benar-benar berubah kebiasaannya, maka ia pun memaafkannya dan kembali padanya, karena ia masih sangat mencintainya. Prosesnya secara keseluruhan membutuhkan waktu sekitar satu tahun, namun akhirnya ia dapat menyelamatkan perkawinannya.

Auranya benar-benar telah berubah menjadi sangat terang. Masih terlihat cahaya kuning lemon dan keperakan di pusat mentalnya, namun energi lethargie dan energi yang menyebabkan depresi hilang, juga bentuk-bentuk pikiran destruktif yang mengganggu auranya. Ia memiliki banyak cahaya pink-rose, menandakan derajat cinta yang tinggi yang telah ia kembangkan. Ia juga mengungkapkan energi biru-royal yang indah, yang menunjukkan bahwa ia telah memiliki kesetiaan terhadap keluarganya. Dia tidak lagi menempatkan keinginan dirinya lebih dahulu dibandingkan kebutuhan keluarganya. Cahaya hijau-emerald yang cemerlang menunjukkan keseimbangan dan harmoni perasaannya saat ini. Ia berhenti menggunakan uang untuk diri sendiri namun menggunakannya untuk memenuhi kebutuhan keluarganya. Dengan kebiasaannya sekarang yang sudah terkendali dan keterampilan akuntan yang dimilikinya, ia pun akhirnya mampu keluar dari masalah utang.

Dapatkah orang-orang ini menyusun segala sesuatunya, tanpa menggunakan tabungan spiritualnya? Tentu saja mereka dapat, namun prosesnya lambat dan melelahkan, dengan kemungkinan mengalami beberapa kemunduran sebelum mereka dapat memulai lagi. Intinya adalah: Mengapa melakukan perjuangan yang tidak diperlukan ketika Sang Pencipta memberikan kepada kita kemampuan untuk mengakses energi spiritual yang akan memfasilitasi perkembangan spiritual kita?

Kehidupan memberikan pada Anda seluruh waktu yang Anda butuhkan untuk mencapai tujuan perbaikan diri sendiri. Namun, begitu Anda bangkit untuk mencapai kemungkinan hidup yang lebih besar, Anda lebih termotivasi untuk menggali kemampuan spiritual Anda. Dengan menggunakan energi spiritual, Anda dapat membuat perubahan dalam hidup Anda secara lebih cepat dan efektif. Kesempatan Anda

untuk mendapatkan sukses jauh lebih besar jika Anda melakukannya sendiri.

Cara Menggunakan Buku Ini

Pada halaman-halaman berikutnya ada banyak contoh tentang bagaimana cara bekerja dengan cahaya dalam situasi yang sangat praktis. Namun, untuk memperoleh manfaat terbesar dari penggunaan buku ini, saya ingin Anda berpikir bahwa cahaya bekerja tidak hanya sebagai sebuah kesempatan untuk membantu menghadapi setiap tantangan dalam hidup, tetapi suatu kesempatan untuk mendekatkan diri pada Tuhan. Itu adalah tujuan akhir dari bekerja dengan cahaya. Dengan menggunakan cahaya untuk membantu menghadapi tantangan hidup, Anda sebenarnya menjadi lebih dekat dengan Tuhan, baik Cinta-Nya, Kedamaian-Nya, Kegembiraan-Nya, Kebijaksanaan-Nya.

Dapat dikatakan bahwa Anda menggunakan cahaya spiritual ini *hanya untuk tujuan yang konstruktif.* Cahaya bukanlah tongkat wasiat sihir atau jin yang dirancang untuk melayani setiap permintaan Anda, melainkan alat Tuhan dalam gudang spiritual Anda. Ini adalah kesempatan untuk mengundang Sang Pencipta untuk dekat dengan kehidupan Anda. Jika Anda menggunakan cahaya dengan murah hati, untuk semua hal, akses Anda terhadap gudang spiritual secara alamiah akan diperkuat dan meningkat. Jika Anda menyalahgunakan cahaya secara terus menerus atau untuk kejahatan, maka Anda tidak akan bisa menarik energi spiritual dari gudangnya seperti sebelumnya hingga Anda kembali pada jalur yang benar.

Cahaya spiritual memfasilitasi perubahan dengan memberikan Anda kekuatan untuk melangkah ke dalam kesadaran hidup spiritual yang lebih besar. Itu adalah rahasia dari cahaya spiritual. Bila Anda memberikan lebih banyak kekuatan pada aura Anda, maka kesadaran spiritual Anda akan berkembang. Cahaya dan kesadaran berjalan beriringan. Semakin banyak cahaya yang Anda miliki, maka semakin tingi kesadaran yang Anda peroleh. Dan bila kesadaran sudah tinggi, maka perubahan tidak dapat dielakkan lagi.

Misalnya, seorang perawat yang menghadiri salah satu kelas saya meragukan kekuatan cahaya. Ia mengabdikan diri untuk menolong orang, tetapi berpikir beberapa ide metafisika adalah sesuatu yang sulit dijangkau

dengan pikiran. Suatu malam, ketika ia menunggu di bar dengan teman-temannya untuk makan malam, dua orang laki-laki yang masuk ke bar dan mulai bertengkar dengan suara yang keras. Adu argumen mereka kemudian berubah menjadi perkelahian. Dalam minggu itu, perawat tersebut baru saja belajar tentang penyembuhan hubungan dengan sinar cinta, sehingga ia memutuskan untuk menguji kekuatan sinar cinta itu. Ketika laki-laki tersebut saling beradu argumen, ia dengan perlahan mengatakan bahwa mereka menerima sinar cinta spiritual pink-rose deep. Ia pun sangat terkejut ketika menyadari bahwa perkelahian antara kedua laki-laki tersebut berhenti dalam sekejap. Laki-laki tersebut melihat satu sama lain, dan merasa heran mengapa mereka berkelahi. Sinar itu menyadarkan mereka bahwa mereka sebenarnya adalah teman baik yang berniat mau minum-minum dan kemudian bertengkar tanpa sebab. Mereka akhirnya berpelukan dan saling mentraktir minuman.

Perawat tersebut tercengang. Ia datang ke kelas pada minggu berikutnya dan menceritakan pengalamannya yang luar biasa. Keragu-raguannya hilang dan ia semakin memahami kekuatan cahaya dalam kehidupan.

Bagaimana cahaya menghentikan perkelahian laki-laki tersebut? Mereka berhenti berkelahi bukan karena cahaya tersebut. Cahaya membantu laki-laki tersebut menerima percepatan cinta spiritual, sehingga mereka dapat melihat diri sendiri apa yang sedang mereka lakukan. Kemudian mereka memilih untuk menghentikan perkelahian. Kenyataan bahwa mereka sudah menjadi teman baik, membuat mereka lebih mudah untuk menerima cahaya. Dan meskipun perawat tersebut bukan seorang yang teguh percaya terhadap sesuatu, namun nyatanya ia bersedia memberikan cahaya, sehingga ia cocok dijadikan sebagai penengah yang efektif.

Jadi, energi cahaya mampu membawa kesadaran yang kuat terhadap apa yang sedang berlangsung. Jika kita membiarkan cahaya untuk meningkatkan kemakmuran, maka sebenarnya kita memasukkan lebih banyak kesadaran kuat terhadap kemakmuran untuk menciptakan kondisi yang berlimpah-limpah. Atau jika kita membiarkan cahaya untuk menerima perdamaian, maka kita sedang mengembangkan kesadaran kita yang kuat akan perdamaian, yang nantinya akan menciptakan kondisi yang lebih damai di sekitar kita, dan seterusnya. Di bawah naungan cahaya spiritual, semua situasi dan interaksi duniawi merupakan kesempatan yang perlu kita tumbuh kembangkan. Kehidupan sehari-hari menjadi

pengalaman yang sakral. Ketika kita tumbuh menjadi dewasa, maka kita mulai melihat cahaya kehidupan di sekitar kita: di hadapan teman atau anggota keluarga; dalam saat menderita atau melimpah inspirasi.

Melihat Cahaya

Salah satu pertanyaan terbesar yang saya tanyakan adalah,"Apakah cahaya bisa berhasil membantu saya jika saya tidak dapat melihatnya?" Tentu saja ya! Cahaya selalu berhasil membantu Anda. Sebenarnya, Anda sudah menarik cahaya tersebut, tetapi mungkin Anda tidak menyadarinya. Tanpa energi spiritual ini, Anda tidak akan ada. Anda tergantung pada aliran makanan yang tetap untuk menjaga diri Anda secara spiritual dan fisik tetap hidup. Kekuatan ini ditarik secara tanpa sadar, kontrol pikiran bawah sadar Anda dan mengatur 98% dari fungsi tubuh Anda.

Ketika pertama kali Anda menggunakan cahaya, Anda mungkin tidak melihat energi dalam kegiatan. Itu normal dan diharapkan. Umumnya orang mulai dengan perasaan bahwa cahaya sebagai aliran energi, vibrasi fisik, atau panas. Tanpa memperhatikan bagaimana Anda merasakannya, cahaya akan mulai bekerja pada Anda dengan segera. Mayoritas orang yang bekerja dengan saya tidak melihat energi, tetapi mereka melihat pengaruh energi spiritual dalam kehidupan mereka. Jadi, semakin cepat Anda mulai bekerja dengan cahaya, maka semakin cepat Anda melihat hasilnya.

Tradisi Metafisika

Studi tentang aura dan energi spiritual mungkin baru, tetapi sebenarnya ini merupakan bagian dari warisan selama bertahun-tahun. Studi nenek moyang disebut metafisika.

Metafisika adalah studi tentang akar spiritual dari kehidupan fisik. Ia datang dari Yunani, yang berarti "yang datang setelah fisik". Metafisika mempunyai tujuan yang sama dengan studi nobel lainnya seperti filosofi, umum spiritualitas, teologi, mistik—baik teori maupun praktek. Metafisika teoritikal, adalah studi intelektual yang banyak dipraktekkan oleh para sarjana dan ahli filsafat, dan ini bukan subyek dari buku ini. Metafisika praktis mendasarkan pengetahuannya dan pemahamannya pada

pengalaman dan pengamatan spiritual. Dalam bentuknya yang paling murni, metafisika yang lebih tinggi adalah seni yang sakral, yang dilakukan oleh mistik terlatih yang dapat melihat ke depan melewati selubung fisika kehidupan. Studi energi spiritual dan aura jatuh ke dalam realisme metafisika praktis. Semua referensi metafisika dalam buku ini mengacu pada praktek atau aplikasi yang lebih tinggi.

Definisi Istilah

Dalam buku ini, kita akan menemukan kata-kata tertentu dan membuat perbandingan tertentu. Saya akan mengklarifikasi beberapa dari istilah dasar tersebut.

KESADARAN YANG MENDAPATKAN PENCERAHAN DAN KESADARAN YANG TIDAK MENDAPATKAN PENCERAHAN (*ENLIGHTENED & UNENLIGHTENED CONSCIOUSNESS*)

Kesadaran yang mendapatkan pencerahan adalah sesuatu yang terisi dengan kesadaran yang datang dari Illahi (*Divine Self*). Kesadaran yang tidak mendapatkan pencerahan tidak memiliki kesadaran spiritual.

ENERGI POSITIF DAN NEGATIF

Energi positif dan negatif tidak ada hubungannya dengan polaritas, seperti dalam listrik. Dalam istilah metafisika, energi positif adalah energi spiritual yang diliputi dengan intisari Ketuhanan. Ia bekerja pada frekuensi yang sangat tinggi. Semua referensi tentang cahaya, energi spiritual, sinar kekuatan, mengacu pada energi positif ini. Energi negatif adalah energi positif yang dirusak melalui penyalahgunaan desain aslinya. Dalam bentuk ini, energi negatif merupakan kehampaan dari intisari Ketuhanan. Akibatnya, frekuensinya jauh berkurang dan mempunyai pengaruh yang destruktif dan menghilangkan aura.

DEVOLUSI DAN EVOLUSI SPIRITUAL

Evolusi dalam metafisika berarti pembangunan dan pembukaan kualitas jiwa kita. Devolusi berarti meruntuhkan dan stagnasi dari kehidupan jiwa. Evolusi jiwa secara umum bukanlah garis vertikal ke atas. Ada gerakan tinggi dan rendah, ke atas dan ke bawah, karena jiwa berkembang dan berpindah dalam proses perkembangannya hingga ia berpegang teguh pada kehidupan spiritual.

KETUHANAN—SPIRITUAL

Kata ketuhanan bersinggungan langsung dengan dunia Sang Pencipta, sumber dari mana kita berasal. Cahaya yang kita bicarakan dalam buku ini adalah istilah singkatan untuk Cahaya Illahi, dan mengacu pada asal spiritual karena mereka datang dari sumber Sang Pencipta.

Kata spiritual berasal dari kata Latin yaitu *spiritus* (napas, udara, napas kehidupan), tetapi dalam terminologi metafisika sebenarnya adalah istilah yang lebih generik. Ia mengacu pada semua dunia yang bersifat non fisik. Dengan kata lain, energi negatif secara teknis masih energi spiritual karena ia bukan asli fisik, namun karena ia dirusak, yang pasti ia bukanlah energi Illahi. Tetapi kecuali dinyatakan sebaliknya, kita akan menggunakan kata "spiritual" yang dapat dipertukarkan dengan kata "Illahi" untuk yang berarti lebih tinggi, murni dunia Illahi.

BAB

2

Anatomi Aura

Pada waktu kecil, saya senang bermain sepak bola. Suatu sore saya menendang-nendang bola merah kesayangan di ruang keluarga. Tanpa diduga, bola itu mengenai seperangkat furnitur di ruangan tersebut dan kemudian menggelinding ke dapur. Saya pun segera lari. Saat itu ibu saya sedang mencuci piring di dapur, sambil bersenandung riang. Saya mengambil bola dengan hati-hati agar tidak diketahui oleh ibu. Ternyata ibu sama sekali tidak memperhatikan saya. Tiba-tiba, ketika saya memperhatikan ibu, saya melihat cahaya terang mengitari dirinya. Cahaya itu dipenuhi dengan berbagai gelembung berwarna pink dan lavender yang bergerak mengelilingi. Saya terkejut. Terpesona. Ada apa ini? Saya merasa seperti mimpi. Saya teringat, sebelumnya juga pernah melihat sedikit warna seperti itu mengitari beberapa orang. Namun, yang ini sangat terang, begitu nyata. Saya sangat yakin bahwa saya sedang melihat aura. Pada saat itu, saya belum tahu tentang nama itu, walaupun sejak lama aura telah menjadi bagian dalam hidup saya.

Dalam bab ini, saya akan menjelaskan tentang pesona aura. Selama bertahun-tahun saya bekerja di bidang energi, saya masih merasa bahwa bidang ini mempunyai daya tarik tersendiri. Energi mengajari banyak hal tentang diri sendiri dan betapa kita semua merupakan bagian dari proses

spiritual yang luar biasa. Segala yang terkait dengan aura memberi kita wawasan luar biasa tentang diri kita sebagai makhluk spiritual. Sebagaimana yang telah kita lihat, aura begitu penting untuk pertumbuhan spiritual. Sebab, dari sanalah kita untuk pertama kalinya dapat melakukan perubahan dalam kehidupan kita. Untuk mewujudkannya menjadi kenyataan, pada awalnya kita harus dapat menghadirkan energi spiritual. Aura adalah sesuatu yang dapat membangkitkan kekuatan spiritual. Dengan memahami cara kerja aura, maka kita akan lebih memahami bagaimana memperbaiki diri yang efektif dan berkelanjutan.

Dalam bab ini, anatomi aura menjadi topik pembahasan, karena itu cobalah rasakan seperti apakah aura Anda. Anda tidak harus melihat aura untuk dapat memahaminya. Dengan mempelajari berbagai komponennya dan bagaimana komponen itu bekerja, Anda dapat mengetahui dengan pasti di mana medan energi Anda berada, tanpa harus melihatnya. Penilaian atas kekuatan dan kelemahan aura Anda akan memberi Anda banyak gagasan tentang di mana aura Anda memfokuskan cahaya.

Aura bisa diartikan sebagai suatu sumber getaran yang tidak nyata (bagi penglihatan secara fisik), yang mengelilingi semua benda hidup. Manusia, binatang, tanaman, dan seluruh benda di alam ini memancarkan sejumlah uap air atau asap, sesuai kondisi mereka yang sesungguhnya. Benda yang mati pun mengeluarkan aura. Pikiran, kesehatan fisik, emosi, dan spiritual seseorang, semuanya menyatu memancarkan energi, sebagai satu kesatuan yang disebut aura. Ponchidius, filsuf masa lalu, menulis, "Aura dapat diartikan sebagai suatu radiasi atau pancaran lembut yang baik, yang mengelilingi setiap makhluk hidup, termasuk binatang, tanaman, dan sebagainya."

Pada dasarnya, aura merupakan cetak biru dari kualitas jiwa yang aktif. Memang bukan jiwa senyatanya, tetapi merupakan ekspresi dari jiwa tersebut. Kita dapat menarik energi spiritual melalui berbagai pikiran dan kegiatan kita, sehingga energi tersebut berada dalam wilayah aura kita. Talenta kita, kekuatan dan kelemahannya semuanya tersusun dalam aura. Di sana tidak ada yang sifatnya tidak pasti. Dalam kehidupan nyata, kita dapat menyembunyikan karakter asli dari orang lain. Dalam aura, tidak ada tempat persembunyian atau tempat berbohong karena karakter kita sesungguhnya akan tampak nyata. Jika kita melakukan perbuatan tidak terpuji, perbuatan tersebut akan tercatat di aura. Jika kita melakukan

tindakan terpuji, energi yang baik tersebut akan juga terlihat. Segala sesuatu yang ada di dalam akan diperlihatkan. Jadi, aura adalah perwujudan kualitas dan spiritual kita yang muncul secara terus-menerus dan dapat dipercaya.

Apakah setiap orang mempunyai aura? Jawabannya adalah *ya.* Setiap individu di jagad ini mempunyai wilayah aura, tanpa membedakan apakah itu laki-laki atau perempuan. Aura ada pada setiap orang. Walaupun orang tersebut sakit parah, ia masih memiliki aura. Kekuatan aura akan berkurang hanya ketika seseorang siap untuk melakukan perpindahan dari kehidupan di alam fana ini. Dalam kasus ini, aura bukan hilang, tetapi pergi bersama dengan jiwa. Ia menarik kekuatan yang ada pada dataran fisik dan mengembalikannya pada dataran spiritual murni. Di luar hal itu, aura selalu aktif dan nyata.

Kita belum mampu melihat aura secara nyata untuk mengetahui cara kerja dan tenaganya. Umumnya kita dapat merasakan adanya aura, sebab aura adalah gelombang getaran. Banyak orang bilang, "Oh, saya tidak suka dengan getaran orang itu." Mengapa? Ketika kita menyaksikan aura, secara naluri kita bereaksi terhadap energi yang keluar tersebut. Jadi, seseorang yang hanya mempunyai sedikit aura secara otomatis merasa tidak nyaman berada di lingkungan orang dengan aura gelap, dan lebih merasa gembira berada disekitar orang yang memiliki aura terang yang sejenis. Begitu juga halnya seseorang yang mempunyai energi yang sangat gelap akan merasa lebih betah berkumpul dengan orang yang mempunyai getaran mirip, dibandingkan bersama dengan orang yang mempunyai aura sangat terang. Pepatah lama mengatakan "Hal sejenis, akan tarik menarik" sangat tepat dengan aura.

Yang paling menyolok dari aura adalah berbagai warnanya yang dinamis. Pikiran dan perasaan kita memancarkan warna-warna yang menunjukkan kualitas pikiran atau perasaan yang terungkapkan. Bagi mereka yang mata *waskita*-nya tidak terlatih, warna-warna ini pertama kali akan terlihat acak, tetapi sebenarnya tidak. Setiap warna yang muncul mempunyai alasan khusus dan merupakan hasil dari upaya kita untuk menarik dan menggunakan Cahaya Ilahi.

Apabila kita mengubah tingkatan mental dan emosional serta tindakan kita, maka aura kita pun ikut berubah. Adakalanya perubahan ini begitu dramatis. Pada saat tertentu sebagian aura dapat begitu tenang bagaikan air, kemudian pada saat selanjutnya menjadi bergelora sebagaimana nyala

api. Bagian aura yang lain berubah secara bertahap dalam jangka waktu lama mengikuti perubahan karakter kita. Perubahan kualitas yang terus menerus adalah hal yang perlu kita disyukuri.

Bentuk Aura

Mari kita mulai kajian tentang aura dengan memperhatikan bentuknya. Aura bukanlah sesuatu yang tidak berbentuk atau tidak jelas: ia mempunyai bentuk yang nyata. Dalam banyak hal, bentuknya relatif tetap sepanjang hidup kita. Yang muncul dalam aura dapat berubah-ubah, memberikan gambaran kontraksi dan perluasan, tetapi bentuk dasarnya tetap sama. "Selubung" ini adalah kerangka pikir dasar bagi aspek lain dari keberadaan aura.

Dalam bentuk dasarnya, aura memiliki berkas-berkas cahaya atau wilayah berbagai warna. Wilayah ini berbentuk seperti ruang-ruang yang terpisah. Aura mempunyai sembilan wilayah. Bentuk fisiknya tampak terisi dalam selubung ini dan ruang-ruang tadi. Wilayah-wilayah tersebut tidak bergerak atau diam dan warna-warna mereka berubah dengan sangat pelan. Dibutuhkan waktu seumur hidup untuk membuat berbagai warna tersebut bersinar penuh. Umumnya, ruangan-ruangan yang lebih atas akan diisi oleh warna-warna terang, menunjukkan energi pencerahan dari pribadi yang telah berkembang. Sedangkan, ruang-ruang di bagian bawah terlihat lebih gelap, menunjukkan seseorang yang sedang mencoba mengeluarkan getaran yang lebih rendah.

Bentuk Lingkaran (Gambar 2 –1A)

Bentuk lingkarannya tidak sempura. Di bagian atas dan bawah berbentuk agak oval, namun secara keseluruhan hampir menyerupai bentuk lingkaran. Bagian puncak berada sekitar tujuh inci di atas kepala dan memanjang melingkar ke bawah. Lingkaran luar selalu berwarna perak atau keemasan, tetapi dapat berubah sesuai yang dibutuhkan individu. Lingkaran aura menunjukkan proses jiwa yang tingkat spiritualnya tumbuh secara bertahap.

Bentuk Persegi Empat (Gambar 2 – 1B)

Aura berbentuk persegi empat umumnya tampak lebih besar dibandingkan aura berbentuk lingkaran dan individu terlihat seperti berada dalam tabung.

A - Bentuk Lingkaran

B – Bentuk Persegi Empat

C – Bentuk Oval pada Bagian Ujung

Gambar 2-1: **Tiga Bentuk Aura**

Tubuhnya berada di tengah ruang, dengan ruang yang lebih di bagian bawah dan atas. Bentuk empat persegi menunjukkan perkembangan tingkat kesadaran. Kita tidak dilahirkan dengan bentuk aura seperti ini. Dengan semakin bertambahnya waktu dan adanya berbagai kesalahan yang berulang, maka aura kita dapat berubah dari bentuk lingkaran menjadi bentuk persegi empat.

Bentuk Oval pada Bagian Ujung (Gambar 2 – 1C)

Aura yang ujungnya berbentuk oval lebih ditujukan pada penggambaran di bagian atas dan bawah. Bentuk ini mirip dengan aura berbentuk lingkaran, tetapi dari bagian atas kepala dan bagian bawah kaki mempunyai jarak sekitar dua puluh inci. Bentuk aura yang ujungnya oval menandakan seseorang yang 'mumpuni'. Sekelilingnya selalu berwarna keemasan untuk melindungi. Hanya ada sedikit orang dengan bentuk aura seperti ini. Mereka adalah pribadi-pribadi yang sudah siap untuk menyatu dengan jiwanya sendiri.

Bagian-bagian Aura

Dalam bingkai aura adalah sesuatu yang kita sebut sebagai bagian-bagian (dari aura). Banyak orang berpikir aura sekadar paduan berbagai warna dan simbol, yang pada kenyataan ternyata lebih banyak lagi dan perwujudannya sangat rumit. Tidak ada tempat di mana pun yang lebih rumit dibandingkan dengan yang ada di bagian aura ini. Bagian-bagian ini mengelilingi selubung aura, dan mencakup segala spektrum dari alam kita, dan menyatu membentuk ciri pembawaan kita. Dengan meningkatkan kualitas berbagai bagian ini, kita dapat memperbaiki kualitas hidup kita.

Bagian Kesehatan (Gambar 2-2A)

Bagian kesehatan ini mencakup keseluruhan fisik tubuh, termasuk semua organ, kelenjar, jaringan, dan kondisi umum seseorang.

Bagian ini merupakan pancaran kesehatan yang bergerak ke luar dari tubuh jasmani menuju batas pinggir selubung aura di sebelah kanan dan kiri. Ketika seseorang mempunyai kesehatan yang bagus, pancaran ini tampak dalam energi berwarna putih keperakan yang berkilauan.

Bentuknya sangat indah untuk dilihat, di mana salah satu di antaranya menunjukkan pancaran sinar kesehatan. Ketika seseorang jatuh sakit, garis kesehatan pun mulai kehilangan kilauannya dan berubah menjadi pudar keabu-abuan. Jika seseorang sakit keras, garis itu pun menjadi pudar dan menurun mendekati tubuh, tergantung dari kerasnya penyakit yang diderita. Ketika seseorang mendekati kematian, garis kesehatan akan semakin menurun mendekati tubuh. Semakin memburuk kondisinya, maka energi menjadi berwarna keabu-abuan yang gelap. Dalam situasi seperti ini, orang tersebut sudah meninggalkan tubuh jasmaninya.

Dalam kaitannya dengan garis kesehatan, tubuh jasmani itu sendiri memancarkan aura sekitar dua inci mengikuti lekukan tubuh. Anda akan melihatnya berwarna merah atau oranye apabila tubuh itu sehat, tegap dan kuat. Pancaran ini tampak mirip dengan pancaran aura sebagaimana yang digambarkan Kirlian. Di sana juga ada aura yang mengelilingi setiap organ. Organ yang sehat biasanya mempunyai warna kemerah-merahan. Apabila sakit, maka organ akan dikelilingi dengan aura berwarna keabu-abuan pudar.

Bagian Mental (Gambar 2-2B)

Bagian ini, yang juga dikenal dengan istilah tubuh mental, berkaitan dengan pikiran kita. Pikiran merupakan wilayah yang paling mudah diganggu di dalam aura, sehingga ia menjadi salah satu wilayah yang paling dilindungi dan dijaga. Bagian mental merupakan satu wilayah penting dari aura, yang memungkinkan aura tersebut mulai bekerja.

Energi dari bagian mental mungkin terlihat bergerak di dan sekitar kepala. Berkas keemasan, yang memberikan tenaga dan kekuatan kepada tubuh mental, tampak nyata di atas kepala. Ada pancaran sinar kekuning-kuningan yang terang, berada di paling atas seakan memahkotai kepala. Pancaran ini menunjukkan kapasitas intelektual dari individu yang bersangkutan. Bagi sebagian orang, energi ini akan memancar beberapa inci dari kepala, tetapi bagi orang dengan mental kuat atau jenius pancaran tersebut dapat lebih panjang lagi.

Pusat mental (cakra) terletak di tengah-tengah dahi kita. Pusat ini merupakan bagian dari bagian mental dan akan memancarkan energi sesuai dengan kualitas pikiran dari seseorang. Umumnya kita ragu-ragu dengan gagasan yang sudah jelas ataupun yang belum jelas. Seringkali kita bahkan

tidak mengetahui kapan kita berada dalam kondisi tidak jelas. Kita merasa bingung atau kehilangan orientasi, tetapi tidak dapat memahami bahwa hal itu adalah pikiran yang tidak jelas. Kita umumnya mengetahui kapan kita berada dalam kondisi jelas, karena bila saat itu muncul kita akan merasa bahagia.

Bagian Emosi (Gambar 2-2C)

Bagian ini terletak di dan sekitar jaringan syaraf atau "solar plexus" di dalam abdomen dan menyebar sampai bagian paling jauh dari aura. Bagian emosi adalah keseluruhan perwujudan dari emosi kita—baik, buruk, atau biasa saja. Jika kita marah, energi merah gelap akan muncul ke luar seperti petasan dan dapat menyebar sampai jauh jika ledakan kemarahan itu begitu mendalam. Jika kita sedang jatuh cinta, maka akan dipancarkan warna-warna yang indah dan merah muda (pink).

Alam perasaan merupakan tempat yang penuh tenaga dan kuat dalam aura. Kita lebih sering bertindak di luar dari alam perasaan kita, tanpa membiarkan pikiran kita mengarahkan hidup kita. Kita semua mengetahui bagaimana perasaan dapat mewarnai pikiran. Bagian emosi bertindak sebagai pusat atau sauhnya aura, yang menyeimbangkan bidang aura secara keseluruhan. Seseorang yang mengendalikan emosinya akan mempunyai energi bercahaya oranye terang, pink, hijau atau biru yang sangat terang di bagian ini. Energi-energi ini akan bergerak sedikit lebih jauh dari pancaran mental. Pusat emosi berada di tengah bagian ini.

Orang dengan sifat emosional yang cenderung perusak, energinya berwarna coklat gelap dan hijau bahkan hitam yang menandakan adanya kebencian yang kuat. Energi dalam kondisi emosi yang tidak stabil bergerak berlawanan menuju aliran alami mereka. Perhatikan ekspresi seseorang yang mengatakan "*saya ingin muntah*". "Ukuran" emosi terletak di daerah perut.

Bagi kebanyakan orang, bagian emosi merupakan tempat bercampurnya emosi positif dan negatif. Seseorang mungkin punya aliran cinta, yang membawa warna pink, tetapi bisa jadi sangat cemburu, sehingga aliran energinya bergerak ke warna yang lebih buram, yaitu hijau alpukat. Seperti halnya bagian mental, maka bagian emosi juga perlu tetap dikendalikan, sehingga kita tidak menghambur-hamburkan kekuatan spiritual yang kita miliki.

Bagian Magnetis (Gambar 2 – 2D)

Bagian ini menarik sebab menunjukkan talenta kreatif dan kecakapan seseorang. Inilah pusat energi yang terlihat pada sebelah kiri dada, sedikit di atas jantung. Bentuknya melingkar, mirip dengan pusat energi. Mempunyai diameter sekitar dua inci dengan warna biru merak. Ketika bagian ini aktif, dari titik biru tersebut memancar berbagai sinar.

Bagian magnetis ini menunjukkan tingkat perkembangan talenta dan kecakapan seseorang. Jika dari titik ini memancarkan sinar oranye dan biru cerah, berarti seseorang tersebut sering mempergunakan kecakapannya. Misalnya, jika orang itu adalah pianis andal yang sering bermain, maka energi yang keluar dari bagian magnetis akan cerah dan memancar. Di sisi lain, jika orang tersebut tidak mampu bermain piano, maka energi yang keluarga akan buram. Talenta berada di sana, tetapi tidak aktif. Setiap orang harus mempergunakan bakat pentingnya ini—kalau tidak, energinya akan memudar.

Seseorang yang jenius mempunyai bagian magnetis yang nyata sebab yang bersangkutan mempergunakan bakatnya tersebut sampai pada tingkatan tertinggi. Talenta dan kecakapan tersebut dapat diekspresikan dalam berbagai bidang, seperti musik, sastra, seni, kedokteran, teknik, fisika, komputer, dan lain-lain.

Bagian Warna (Gambar 2 – 2E)

Merupakan perpaduan berbagai bagian lain, bagian warna menunjukkan jumlah keseluruhan karakter individu, meliputi kebiasaan, sikap, dan motivasi. Tebalnya sekitar delapan inci, berbentuk oval yang memanjang sampai delapan belas inci, yang mengelilingi. Berbagai warna dari bagian ini bergerak dalam kelompok-kelompok kecil cahaya yang menyerupai panas yang muncul dari tepi jalan pada siang hari yang terik. Titik-titik cahaya ini begitu tebal, sehingga Anda pasti melihat bagian ini apabila Anda sungguh-sungguh memperhatikannya. Dalam bagian warna dari aura yang terurai, berbagai titik ini seperti cahaya pelangi yang terdiri berbagai warna yang berkilauan, sehingga membuat keseluruhan aura tampak warna warni dan menimbulkan suasana euphoria. Untuk meningkatkan bagian ini, pertama kita harus menaikkan karakter dari bagian lain, yang nantinya secara otomatis akan mempengaruhi bagian ini.

Bagian Spiritual (Gambar 2 – 2F)

Bagian spiritual menunjukkan tingkat pencapaian spiritual seseorang. Bagian ini terlihat sekitar dua kaki di atas kepala dalam berkas cahaya yang melengkung. Ada tujuh berkas cahaya yang seperti ini, yang tebalnya sekitar setengah inci, menyebar ke atas dalam berbagai warna mutiara yang berkilauan dan menciptakan efek pelangi. Kita semua memiliki berkas spiritual ini dengan berbagai tingkatan intensitas. Mereka merupakan akumulasi cahaya spiritual yang kita peroleh dalam proses evolusi kita. Semakin terang berkas cahaya ini, maka secara spiritual kita akan semakin maju. Warna-warna dapat berubah menjadi pink pudar, kuning lemon dan hijau bercahaya. Pada orang dengan tingkat spiritual yang lebih tinggi, dapat terlihat warna nila yang begitu nyata dalam salah satu berkas cahayanya. Ini merupakan pemandangan yang indah dan merupakan salah satu aspek aura yang menjadi favorit saya.

Memahami Pusat Energi

Sekarang kita sampai pada salah satu aspek terpenting dari aura, khususnya yang berkaitan dengan cara kerja energi spiritual. Ini disebut dengan pusat energi atau cakra.

Dalam aura, ada sebuah hubungan dari kekuatan spiritual melalui pusat energi. Banyak orang menggunakan istilah lain untuk pusat energi, yaitu "cakra" yang berasal dari kata India Timur. Kata cakra *(chakra)* adalah bahasa Sansekerta untuk "lingkaran cahaya" atau "lingkaran kekuatan". Sebenarnya pusat energi merupakan atmosfer cahaya, yang memancarkan sinar dengan berbagai warna. Pusat ini terlihat seperti matahari mini, yang ukurannya bervariasi dari diameter sekitar dua setengah hingga tiga inchi, dengan inti cahaya mutiara di tengahnya. Warna dasarnya keemasan, tetapi masing-masing sinar mempunyai warna yang dominan yang menunjukkan karakter dan niat seseorang. Mereka dapat juga muncul dengan multiwarna karena energi yang bergerak ke dalam dan ke luar dari pusat tersebut.

Pusat-pusat energi ini sangat vital dalam proses transformasi spiritual karena di sanalah tempat awal kita mengubah aura. Manakala kita menarik cahaya ke dalam aura kita dari rekening spiritual, maka tempat pertama cahaya membuat kontak adalah pusat-pusat energi ini. Sehingga dalam

bekerja dengan Cahaya Ilahi, kita akan berkenalan dan menjadi akrab dengan hal-hal tersebut.

Setiap pusat energi bertanggung jawab untuk aspek yang berbeda dari keberadaan dan kegiatan kita. Mereka diberikan kepada kita saat kita dilahirkan dan tetap bersama kita di sepanjang hidup kita. Alasan mengapa kita memperoleh hal-hal tersebut adalah untuk menerima dan menyalurkan energi, dan kita melakukan satu dan lain hal secara terus menerus. Pusat-pusat ini merupakan titik-titik utama dari kekuatan yang luar biasa yang bergerak masuk dan ke luar dari tubuh kita.

Ketika pusat-pusat ini berada dalam posisi sejajar dan disertai dengan kesadaran yang penuh, maka ada harmoni utuh antara pikiran, tubuh dan jiwa. Manakala bidang energi berada dalam kesatuan yang terwujud dalam pemandangan yang indah dan energi yang diterima dan dikirim terekam secara akurat, maka pusat-pusat ini akan berputar dengan gerakan searah jarum jam (lihat Gambar 4-2). Jika satu atau lebih pusat energi yang berputar searah putaran jarum jam, maka ada ketidakharmonisan, yang merusak keseimbangan pusat-pusat energi lainnya dan mengurangi kekuatan dan keakuratan dari energi yang diterima dan diteruskan atau dikirimkan.

Dalam upaya untuk memahami karakter dari setiap pusat, ada dua cara dasar untuk menerjemahkannya—dengan cara bertafakur atau merenung, dan dengan cara yang dinamis. Sekolah metafisika orang India dan Tibet, yang telah lama mempunyai perhatian besar terhadap pusat-pusat ini, menekankan cara bertafakur dalam tulisan-tulisannya. Tujuannya adalah untuk membantu calon spiritual memahami kehidupan alaminya sebagai manusia. Dengan memberikan perhatian pada pusat-pusat ini, para murid dapat menemukan beberapa aspek dari sifat inti yang tidak dapat dimasuki oleh pusat-pusat tersebut. Merenung akan memberikan kesadaran yang tertinggi. Ada cerita dari para peyoga yang bisa merasakan kebahagiaan dengan merenungkan keindahan dari Cakra Mahkota yang terbuka, misalnya.

Interpretasi dinamis dari pusat-pusat energi memusatkan pada ungkapan aktif dari hal-hal tersebut dalam kehidupan sehari-hari. Fokus kita adalah pada ungkapan dinamis dari pusat-pusat spiritual karena aliran ini adalah hal yang paling diperhatikan dalam kerja cahaya. Lantaran sebagai pusat-pusat energi mempunyai dampak langsung pada keberadaan kita

dari hari ke hari, maka bekerja dengan mereka dapat mempunyai efek segera pada kehidupan kita. Perbaikan aliran cahaya melalui pusat-pusat ini akan membantu memfasilitasi perubahan dengan cepat dalam dunia luar kita.

Jumlah, penampilan dasar, dan lokasi dari pusat-pusat ini sama pada setiap orang. Beberapa ilustrasi awal tentang pusat-pusat ini, yang sekali lagi, berasal dari Dunia Timur, yang berfokus pada tujuh pusat utama yang berbaris dalam garis lurus dari dasar tulang iga ke atas kepala; semua mempunyai penampilan seperti disket atau bunga. Ini merupakan representatif simbolis dari pusat-pusat spiritual dan tidak dimaksudkan untuk diambil secara harfiah. Ini merupakan cara mengajar yang dipilih oleh para penulis spiritual dahulu tentang prinsip-prinsip cakra kepada orang yang belum mengetahui. Saya sudah mencoba untuk menggambarkan pusat-pusat ini secara benar, dan bagaimana saya dapat melihatnya, tanpa dibubuhi oleh hal-hal yang bersifat simbolis. (lihat Gambar 2-3).

Cakra Mahkota (Putih)

Kebanyakan buku tentang cakra akan menunjuk ke atas kepala sebagai lokasi pusat ini, tetapi itu tidak benar. Titik cakra sebenarnya berada sekitar enam inchi di atas kepala. Cakra Mahkota menyatakan bagaimana membangunkan jiwa dalam spiritnya sendiri. Untuk kebanyakan orang, Cakra Mahkota tertutup. Mayoritas kita belum mencapai kondisi kesadaran untuk sadar secara spiritual. Ketika pusat ini tertutup, ia akan berbentuk oval, seperti tunas bunga yang belum terbuka, dan berwarna putih jernih. Ia tidak berputar atau memancarkan energi. Tidak ada yang salah dengan pusat energi dalam kondisi ini. Orang dapat begitu aktif dalam kehidupannya. Ini hanya berarti bahwa ia belum memulai upaya untuk mengembangkan sisi dari sifat alaminya itu.

Begitu jiwa sudah terbuka secara spiritual, maka Cakra Mahkota, atau sering disebut daun bunga teratai, mulai nampak nyata. Ketika getaran spiritual mulai bergerak, setiap daun bunga merekah, dan pusat menjadi sangat indah untuk dilihat. Daun bunganya muncul sekitar 18 hingga 20 inchi ke arah atas dan ke arah luar, sangat mirip dengan kumpulan bunga mawar. Warna yang paling menyolok adalah putih dan keemasan. Dalam kondisi ini, ia menyerupai sebuah mahkota yang berada pada bagian atas

Gambar 2-3: **Pusat-pusat Energi**

dari aura, dan membuat pernyataan yang jelas tentang kondisi kita bila dilihat dari perkembangan spiritualnya.

Diperlukan banyak waktu dan upaya untuk membuka pusat ini; bagaimanapun cara kita berdoa atau bermeditasi, titik ini tidak dapat membuka hingga kita *memperoleh* kekuatan dan getaran. Dengan memperbaiki diri sendiri dan bekerja dengan cahaya, Cakra Mahkota akan merekah sedikit demi sedikit. Kita tidak harus memikirkan diri sendiri secara langsung dengan pusat ini dalam bekerja dengan cahaya. Satu catatan yang menarik: ketika kita meninggalkan dunia ini, jiwa kita pergi melalui Cakra Mahkota.

Pusat Mental (Warna Keemasan)

Pusat mental adalah inti dari tingkat pikiran sadar. Titik energi ini, yang berada di tengah-tengah dahi, disebut juga Mangkok Trinitas. Pusat ini berwarna keemasan dan berdiameter sekitar 3 inchi. Dalam pusat ini terdapat sebuah segitiga berwarna keemasan yang tidak terlalu nyata dengan titik intan cahaya putih di tengahnya. Pusat berputar dengan cepat karena semua kegiatan sedang berlangsung, tetapi segitiga masih tetap diam.

Pusat mental merupakan pusat dari kegiatan yang penuh semangat. Ia secara terus menerus menerima dan menularkan gagasan, dan gagasan-gagasan ini sangat kuat. Titik energi ini mengirimkan kekuatan kepada pusat-pusat energi lainnya, khususnya aliran yang jelas, hubungan antara emosi dan pikiran, dan tingkat bawah sadar akan bekerja dengan baik. Manakala tingkat pemikiran sangat tinggi, pancaran keperakan bergerak dari pusat mental. Ini menandakan pikiran yang didasari oleh kesadaran, kecerdasan dan cepat. Biasanya, pikiran seperti ini juga ditunjukkan dengan adanya banyak cahaya berwarna kuning lemon.

Pusat mental mempertahankan semua tingkat kesadaran dalam keselarasan dan keseimbangan. Ini merupakan titik cahaya tertinggi dalam tubuh dan karenanya ia menjadi pintu gerbang bagi tingkat kesadaran yang lebih rendah atau lebih tinggi. Pusat mental adalah pengarah kehidupan sadar kita. Ini berarti bahwa kita juga dapat memutus aliran yang lebih tinggi, dan berpusat pada ego *(ego-centered)*, yang menyebabkan adanya pengaruh energi yang lebih tinggi terhadap kita, atau kita dapat menerima arahan dari Ilahi, dan menggunakan inspirasi itu untuk mengawal kehidupan sadar kita.

Pusat Kerongkongan (Warna Biru)

Pusat yang dikenal sebagai Eternal Ego ini, merupakan suara atau getaran suara dari bagian tubuh kita. Tempatnya adalah di tengah kerongkongan. Ia juga merupakan atmosfer keemasan yang berdiameter sekitar 3 inchi, agak lebih kecil dari pusat mental, dengan inti intan biru-royal yang menakjubkan.

Melalui pusat ini, kita mengeluarkan kekuatan dari kata-kata kita. Kata-kata kita memancarkan kekuatan spiritual yang luar biasa. Kita mungkin berpikir bahwa kita hanya membuat suara, tetapi di belakang suara-suara itu adalah kekuatan spiritual yang hebat. Itulah sebabnya mengapa kita harus sangat hati-hati terhadap kata-kata yang kita gunakan dan memilih kata-kata dengan bijaksana.

Energi spiritual yang memancar dari pusat ini bergerak dengan satu atau dua cara; nada spiritual, atau suara parau. Dalam nada spiritual yang indah, ada kisaran warna biru yang berasal dari intinya. Energi-energi ini dapat mengalir keluar sekitar satu kaki atau setengah kaki dari semua arah. Penyanyi besar seperti Caruso, atau para orator yang bersemangat seperti Emerson, akan mempunyai cahaya biru yang bergerak keluar dari pusat kerongkongannya. Umumnya orang akan mengeluarkan sinar cahaya yang mencapai sekitar satu kaki dari sisi pusat lainnya.

Energi spiritual di belakang kata-kata yang destruktif bergerak pada tingkat suara parau dan akan datang melalui sinar-sinar yang bergelombang dan putus-putus. Warna-warnanya akan bervariasi sesuai dengan kata-kata, emosi, dan maksud di balik kata-kata. Saya telah melihat sejumlah energi yang nampak seperti berpilin mengalir dari mulut seseorang yang tidak baik perilakunya. Penting untuk membawa lebih banyak kemurnian, cinta dan idealisme dalam kata-kata yang diucapkan. Kita harus melihat dengan sangat hati-hati tidak hanya pada kata-kata yang diucapkan, tetapi juga motif di belakang kata-kata tersebut. Kita harus berkata benar dan sopan, karena setiap kata mempunyai dampak bagi orang yang mendengarnya.

Pusat Hermetik (Warna Hijau)

Pusat ini berada di tengah-tengah dada dan lebih umum dikenal sebagai pusat jantung. Saya menggunakan istilah yang tidak umum yaitu Pusat Hermerik, yang mengikuti tradisi pengajaran mistik. Pusat ini berwarna keemasan dengan titik hijau emerald terang di tengahnya. Ia merupakan pusat terbesar dalam tubuh.

Pusat Hermetik berhadapan dengan urusan dunia kita—apapun yang merupakan bagian dari dunia luar. Termasuk orang, tempat dan situasi. Dari sudut pandang spiritual, ada 12 jalan besar menuju urusan keduniawian manusia dan dalam Pusat Hermetik ada 12 sinar kekuatan yang berkaitan. Sinar-sinar ini menyerupai jeruji pada roda. Tujuh dari jalan-jalan besar ini terkait dengan urusan keseharian kita dan disebut tujuh sinar surya. Sinar-sinar ini diwakili oleh warna-warna hijau, biru, biru-hijau, kuning, putih, merah muda dan merah. Kemudian, ada pula lima warna spiritual tanpa nama yang muncul sebagai warna putih dan hanya menyentuh pengembangan spiritual kita.

Penting untuk melindungi pusat ini dari tekanan dunia luar yang tak semestinya. Ia akan terbebani ketika kita memasukkan semua masalah ke dalam hati dan mencoba untuk menjalani semua penderitaan. Kita harus berusaha keras untuk berada "di dunia, tetapi bukan dari dunia". Kita dapat melihat pada dunia dan mengetahui secara teliti apa yang sedang terjadi, tetapi menolak untuk menyatakan permasalahan sebagai milik kita.

Pusat Hermetik juga dikenal sebagai tempat kedudukan dari jiwa atau atma *(soul)*. Jiwa ini tidak dapat dilihat secara langsung. Namun di balik titik berwarna hijau emerald dalam pusat itu ada seberkas sinar cahaya keemasan, yang merupakan indikator dari hubungan jiwa. Hubungan ini mempunyai sejumlah nama, antara lain Perahu yang Dijanjikan dan Tempat Tersuci. Ini merupakan pintu rahasia kita menuju dunia inti *(the inner realm)*. Mengingat pusat ini adalah tempat kedudukan jiwa, maka ia akan menanggapi perasan yang muncul di jiwa dengan cermat. Kegembiraan, keriangan, rasa cinta, kesedihan, kejemuan, kegelisahan, frustasi, kecewa, depresi merupakan perasaan-perasaan yang ada dalam diri kita dan mempengaruhi pusat Hermetik. Akibat dari hubungan ini, pengalaman yang selalu berulang akan tertoreh lebih dalam dalam pusat jantung, dibandingkan dengan pusat-pusat yang lain.

Pusat Emosi (Warna pink)

Pusat ini berada tepat di atas pusar, yang dikenal sebagai Jantung Spiritual. Ia merupakan pusat terbesar kedua dalam tubuh kita, yang posisinya dalam tubuh kita bersebelahan dengan Pusat Hermetik. Warnanya merah, dengan inti merah muda-pekat yang indah. Ia berputar dengan kecepatan sedang.

Pusat ini berurusan dengan emosi kita. Seperti kita ketahui, emosi sangat bertenaga. Emosi merupakan mesin yang memberikan kekuatan dan gerakan kepada pikiran kita, dan sebuah gagasan yang didasari oleh emosi sebenarnya adalah sangat kuat. Jika seseorang mempunyai emosi yang destruktif dan kemudian mengirimnya, maka energi negatif tidak hanya melukai seluruh jalurnya, tetapi menjadi bumerang, bahkan dengan kekuatan yang lebih besar, kepada pengirimnya. Itulah sebabnya mengapa menenangkan emosi begitu penting hingga ke titik di mana perasaan dan pikiran menyatu dengan baik dalam aliran positif yang kuat. Apabila kita dalam keadaan mampu mengendalikan emosi dengan baik, maka ada aliran berwarna merah muda, oranye dan merah yang indah, yang memancar dari inti berwarna merah muda.

Pusat Limpa (Warna Oranye)

Titik ini bukan merupakan sebuah pusat seperti yang lain, tetapi lebih sebagai titik pusat energi yang sangat penting. Pusat Limpa berdiamater sekitar 2,5 inchi dan berada pada sisi kiri dari tubuh, dekat dengan limpa. Warnanya oranye dengan inci cahaya berwarna keemasan dan berputar searah jarum jam pada kecepatan yang lebih rendah dibandingkan Pusat Hermetik.

Pusat Limpa merupakan penyalur (distributor) energi. Salah satu tugas besarnya adalah menerima dan menyalurkan energi matahari ke seluruh fisik tubuh, terutama aliran darah. Ia juga merupakan tempat penyimpanan sinar surya, sehingga ketika kita membutuhkan energi, ia bisa diambil. Titik ini bertanggung jawab untuk membantu mempertahankan fisik tubuh yang vital dan stamina yang bagus. Ia juga memberikan keselarasan dan kegembiraan. Apabila ia dalam kondisi sehat, maka cahaya keemasan akan dikeluarkan dari inti pusat ini. Banyak sinar matahari akan menguntungkan Pusat Limpa.

Cakra Sumber (Warna Merah)

Cakra Sumber berada di dasar punggung ke arah tulang ekor, dan sebenarnya lebih mudah untuk melihatnya dari samping atau belakang. Warnanya keemasan dengan inti cahaya berwarna merah anyelir. Titik ini tidak berputar tetapi tetap diam. Ia mempunyai jenis aliran yang berbeda dibandingkan dengan pusat yang lain.

Salah satu tugas Cakra Sumber adalah berurusan dengan pengalaman-pengalaman masa lalu. Ada sejumlah memori yang masih terbawa oleh kesadaran kita dan perlu untuk dikeluarkan. Cakra Sumber menangani kotoran badan, atau penolakan dari gagasan-gagasan dan perbuatan yang tidak diketahui oleh kita.

Selain itu, Cakra Sumber berhubungan erat dengan bagian seksual dan kreatif dari diri kita (lihat Gambar 8-4). Ketika kita dalam kondisi seksual yang sehat, maka energi akan bergerak ke atas menuju pusat emosi dengan aliran merah anyelir yang indah. Bagi seseorang yang sedang mengalihkan energi seksual ke pekerjaan yang kreatif, energi ini dapat bergerak ke atas lebih tinggi, terkadang hingga ke pusat mental atau yang lebih lebih tinggi lagi, jika kita berbicara tentang master spiritual. Namun, jika kita hanya ingin menyalahgunakan energi seksual, maka aliran dapat bergerak ke bawah dan warnanya akan berubah menjadi merah marun gelap.

Pusat ini bekerja dengan energi penting lainnya yang disebut kundalini. Ketika aktif, kundalini energi seperti ular/naga, berbentuk spiral, yang naik ke atas di sepanjang punggung. Kundalini adalah kekuatan spiritual yang sudah ada dalam diri kita, tetapi tidak aktif hingga kita mulai mengaktifkannya secara spiritual. Tujuan dari energi ini adalah membantu memperkuat dan mengaktifkan pusat spiritual. Ketika seseorang berkembang pada langkah yang baik, maka kundalini akan terbuka secara alami tanpa ada upaya untuk menyadarkannya. Jiwa secara perlahan memberikan kekuatan vital dari kundalini. Melalui cara ini, seseorang mampu menangani energi kundalini, dan bentangannya menjadi pengalaman yang indah.

Beberapa sekolah yoga mengajarkan bagaimana cara membuka kundalini dengan upaya yang disengaja. Namun, saya menemukan bahwa penekanan kundalini dalam perkembangan spiritual dan alam kita tidak perlu. Ia akan membuka sesuai dengan waktu dan iramanya, tanpa intervensi yang disengaja seperti halnya yang kita lakukan dengan cahaya. Perlu diingat: Energi-energi kundalini bukanlah sesuatu yang bisa dipermainkan. Saya telah menasihati beberapa orang yang punya pengalaman traumatik karena membuka kundalini terlalu dini. Mereka mencari pancaran spiritual yang instan tetapi tidak menemukannya. Mengeluarkan energi kundalini secara paksa bukanlah cara yang tepat.

Radiasi Pusat Energi

Keluarnya energi dari pusatnya di dalam diri kita bisa berasal dari sumber yang beragam. Radiasi energi tersebut menunjukkan keragaman kegiatan dalam setiap pusat. Dalam mengembangkan aura, tujuan utama kita adalah untuk meningkatkan dan mengetahui kualitas dari radiasi atau pancaran-pancaran tersebut. Ada empat jenis pancaran pusat energi yang berbeda, yaitu:

Pancaran Aktif

Pancaran aktif mewakili aliran energi saat ini pada setiap peristiwa. Pancaran ini seringkali merupakan indikator yang paling ekspresif dari perasaan dan tindakan cepat seseorang. Pancaran aktif berfluktuasi tergantung dari gagasan, kata-kata, perasaan dan tindakan kita. Umumnya, mereka terlihat sebagai sinar cahaya yang lurus, tetapi mereka dapat juga mengambil bentuk-bentuk yang sangat beragam, sebagaimana yang Anda lihat pada beberapa gambaran dalam buku ini. Warna-warnanya sangat banyak, dari sangat putih sampai sangat hitam, dan sesuatu di antara keduanya. Pancaran-pancaran ini merupakan salah satu yang menerima bantuan dari cahaya spiritual dengan sangat cepat.

Sinar menyerupai Kipas (Gambar 2-4B)

Sinar serupa kipas *(fanning rays)* merupakan pancaran aura yang paling bagus. Sinar-sinar ini memancar dari inti ke sisi lain dalam warna cahaya yang kompak. Perpanjangan pancaran sinar tersebut tergantung dari perkembangan seseorang, dan mulai muncul dalam aura setelah seseorang telah mencapai usia tujuh tahun.

Sinar serupa kipas menunjukkan *kecenderungan* energi dalam sebuah pusat energi tertentu (catatan: tidak ada sinar serupa kipas di pusat kerongkongan). Pancaran aktif dapat berubah dengan setiap kata, pikiran, tindakan dan perbuatan, namun sinar serupa kipas akan tetap mempunyai warna yang sama, kecuali kalau ada perubahan dari arah energi secara keseluruhan. Misalnya, seseorang mempunyai sinar serupa kipas warna pink memancar dari pusat emosi, yang menunjukkan adanya sifat kasih sayang. Orang ini masih memiliki sinar ini ketika ia merasa emosi dan kesal. Ini tidak berarti bahwa sinar serupa kipas emosi akan berubah warna,

sebab dorongan dalam dirinya masih ingin menyayangi. Akan tetapi jika orang tersebut selalu ingin marah atau berhenti mempedulikan orang lain, maka sinar serupa kipas pasti akan berubah warna.

Sinar berbentuk Spiral (Gambar 2-4C)

Sinar spiral berputar dengan pergerakan pusat dan mencerminkan tingkat kemajuan spiritual seseorang. Pada saat lahir, pancaran sinar ini berwarna putih dan keemasan. Setelah umur tujuh tahun, sinar ini mulai berkembang. Ia akan berubah menjadi berbagai warna seperti yang dikemukakan di sini, dan terus berkembang sepanjang hidup.

Pengatur Keseimbangan (Gambar 2-4A)

Pengatur keseimbangan membantu menjaga aliran energi bergerak secara terus-menerus. Energi ini bergerak keluar dalam tiga sampai empat sinar lurus berwarna keemasan. Warna sinar ini tidak akan berubah, tidak peduli apa pun kejadian yang menimpa seseorang.

Aura Campuran, Pindahan, dan Peruraian

Mari sekarang kita bersama-sama menempatkan seluruh aspek dari aura yang telah kita bahas, dan melihat bidang energi sebagai satu kesatuan. Tentu saja, terdapat banyak variasi dalam aura sebagaimana beragamnya orang, tetapi berdasarkan pengalaman saya, secara umum aura dapat dibagi dalam tiga kategori.

Aura Campuran (Gambar 2 – 5)

Sebagian besar manusia mempunyai aura campuran. Setiap jiwa yang merupakan tangga tertinggi spiritual mempunyai aura campuran sampai mereka dekat dengan puncak spiritual. Aura campuran mempunyai bentuk lingkaran, dan pada saat yang bersamaan mengandung energi aktif positif dan negatif.

Jiwa dengan aura jenis ini berada dalam proses perkembangan dan memeriksa kondisi manusia dengan semua perubahannya. Jiwa dengan aura campuran mungkin ada pada seniman baik yang pemabuk dengan minuman keras, atau seseorang yang sangat cerdas dan berdaya cipta tetapi

juga egois dan licik. Seseorang yang pada dasarnya baik, namun kurang motivasi dan mudah tertipu juga menunjukkan adanya aura campuran. Variasinya sangat banyak. Pada akhirnya adalah menjadi tugas jiwa dengan aura campuran untuk menggunakan bagian yang diketahui dari aura tersebut untuk mengubah bagian yang tidak diketahui hingga semuanya ada dalam Cahaya Ilahi *(Divine Light).*

Dalam ilustrasinya di sini, jiwa ada pada buaian ke atas tetapi masih banyak tugas jiwa yang harus diselesaikan. Bagian yang lebih gelap dari warna hijau yang menyilang bagian emosi menyatakan sifat iri yang harus diatasi. Formasi awan hijau gelap di bagian kanan menunjukkan bahwa orang ini mengungkapkan kecemburuannya dengan aktif. Bagian abu-abu pada bagian bawah aura menunjukkan bahwa ia sedang mengatasi rasa ketakutannya. Bagian berwarna coklat menandakan adanya kepicikan, dalam arti bahwa ia kadang kala dapat menjadi orang yang licik.

Orang ini juga mempunyai banyak kualitas yang menguntungan. Berkas cahaya hijau terang di bagian kirinya menunjukkan ia sedang berkembang secara spiritual meskipun lemah. Saya melihat berkas cahaya hijau ini di sekitar orang yang kehidupan spiritualnya sudah bangkit dan sedang belajar tentang kebenaran spiritual. Piramida keemasan di atas kepalanya menunjukkan bahwa ia sedang mencari kebenaran. Gelembung cahaya berwarna pink ke arah kanan menunjukkan bahwa ia sedang jatuh cinta dengan seseorang, tetapi orang tersebut tidak menanggapi cintanya. Hal inilah yang menyebabkan adanya sejumlah getaran kecemburuan.

Jiwa ini juga mempunyai energi yang kreatif. Bentuk-bentuk bersayap di atas kepala menunjukkan gagasan-gagasan yang telah terilhami; formasi cahaya biru ke kiri menunjukkan getaran yang kreatif. Namun, posisinya menandakan bahwa ia belum menyatakan kekuatan kreatif ini. Vitalitas muncul dalam energi merah yang datang dari tangannya, dan kesehatan yang baik ditunjukkan oleh garis kesehatan yang terang, yang keluar dari sisi lain tubuhnya. Pancaran sinar biru yang berasal dari pusat kerongkongannya menunjukkan bahwa ia berbicara dengan positif; gelombang cahaya berwarna ungu pada kakinya menunjukkan bahwa ia telah mengatasi sejumlah tragedi atau kesengsaraan. Pembagian warnanya jelas, dengan warna-warna terang, dan pembagian spiritualnya agak terang—ia telah mengembangkan kekuatan spiritualnya di suatu tempat dalam evolusinya.

Dari tahap perkembangan spiritual ini, akhirnya kita menyadari kondisi yang diketahui; namun, jika kita menolak untuk mengungkapkan sifat kita yang lebih tinggi, maka kita akan jatuh ke ekspresi aura berikutnya—yaitu aura yang berpindah.

Aura Berpindah (Gambar 2-6)

Aura yang berbentuk persegi merefleksikan jiwa yang telah menyalahgunakan kekuatan spiritualnya secara terus menerus. Akibatnya, beberapa energi telah dirusak. Aura seperti itu telah berubah menjadi bentuk persegi, karena dengan penolakan terus menerus untuk berhubungan dengan sifatnya yang lebih tinggi, ia telah membatasi aliran spiritual ke titik di mana sangat sedikit Cahaya Ilahi yang dapat dicapai. Selama tahun 60-an, ungkapan "*Ia berbentuk persegi*" sering digunakan. Ironisnya, seseorang benar-benar menjadi sebuah kotak persegi! Jiwa ini mempunyai perjalanan panjang untuk kembali ke cahaya, tidak hanya karena semua pekerjaan perlu diselamatkan, tetapi juga karena tinggal dalam kegelapan mendorongnya hingga ke pikiran dan tindakan yang lebih kelam. Jiwa seperti itu bisa jadi mengarah ke seorang tirani atau pembunuh massal tetapi tidak harus menjadi seperti itu. Saya telah melihat aura ini disekitar orang "normal" yang tidak punya posisi yang menyolok dalam kehidupannya.

Aura berpindah yang terlihat dalam Gambar 2-6 adalah yang paling berantakan atau kacau balau; setengah bagian yang lebih rendah adalah tidak teratur. Bagian yang hitam menandakan rasa benci yang berkelanjutan yang telah ia coba kendalikan. Ini juga dapat mengindikasikan bahwa ia telah terlibat dalam pembunuhan.

Bagian yang berwarna hijau dan coklat di bagian bawah sebelah kiri menunjukkan adanya persekongkolan, penipuan, dan kekejaman. Emosinya semua bercampur menjadi satu. Di sana ada banyak kemarahan yang ditunjukkan dengan energi yang membesar di bagian kiri dari bagian emosinya. Garis kesehatan berubah menjadi abu-abu dan mulai turun di bagian dasar, yang berarti bahwa kelakuan buruknya mengungguli rasa sakit pada fisiknya. Wilayah kepala mempunyai energi kuning kecoklatan, yang menunjukkan kepicikan dan kualitas kemalasan untuk berpikir. Warna hijau gelap yang muncul dari dahi menunjukkan ia sedang merencanakan semacam kecurangan. Bentuk gagasan berwarna hitam di

sekitar auranya menunjukkan kebenciannya terhadap seseorang yang baru-baru ini telah diungkapkannya. Bagian yang berwarna biru buram dan gelap yang menyilang di kepalanya menunjukkan bahwa ia selalu murung dan memikirkan hal-hal yang sedih sepanjang hidupnya. Kilauan dari bagian warnanya jauh lebih kecil dibandingkan bagian warna dari aura campuran. Dan banyak titik-titik cahaya yang pudar dan buram. Perhatikan juga bahwa energi yang memancar dari pusatnya terisi dengan warna-warna yang lebih gelap, dan jangkauannya tidak sejauh aura campuran. Ini menunjukkan bahwa orang itu dalam kondisi depresi aktif. Bagian spiritualnya masih tidak terpengaruh, tetapi ia tidak punya akses terhadap kekuatan tersebut hingga ia memutar kehidupannya.

Meskipun kondisinya demikian, namun masih ada beberapa warna terang dalam auranya. Bagian energi berwarna kuning lemon di atas kepalanya menunjukkan kecerdasan dan pikiran yang kuat manakala ia tidak ditutupi oleh perbuatan salah atau pelanggaran. Bagian warna oranye dan merah menyilang di batang tubuhnya (torso) menunjukkan ia orang yang enerjik dan penuh motivasi. Energi dan motivasi ini seringkali merupakan kualitas yang paling menguntungkan dalam aura yang berpindah. Bagian berwarna ungu pada bagian bawah sebelah kiri dari auranya menunjukkan bahwa ia dapat tenang bila diperlukan. Sinar keemasan dan hijau terang keluar dari pusat dadanya, yang menandakan bahwa ia aktif dalam urusan dunia, dan mungkin dapat berhasil. Bukankan ini merupakan kasus yang sering terjadi? Orang-orang yang sangat destruktif dapat menjadi sangat sukses dalam dunia kerja dan dalam segi finansialnya, sekalipun mereka jauh dari hidup secara benar. Hal ini seringkali membingungkan orang-orang di sekitar mereka untuk percaya bahwa tindakan-tindakan mereka bermanfaat.

Sayangnya, jiwa dalam kondisi lebih maju merupakan sesuatu yang jarang sekali ditemui. Saya telah melihat mungkin ratusan aura berpindah dalam hidup saya, tetapi ratusan itu terlalu banyak. Jiwa seperti ini tentunya tidak melewati penyelamatan, tetapi mempunyai banyak pekerjaan di depan untuk mengubah banyak hal.

Aura Terang atau Cerah (Gambar 2-7)

Ini merupakan aura yang sangat kontras dengan aura yang berpindah. Aura terang adalah aura ideal yang kita inginkan. Dalam membangun

citra kita tentang sesuatu yang paling kita inginkan dalam hidup, ini adalah citra aura yang perlu kita tanamkan dalam hati dan pikiran kita.

Aura yang terevolusi mempunyai bentuk oval yang indah. Ada juga aura keemasan di bagian luar yang dapat memancarkan sinar tambahan setebal dua kaki, yang menciptakan perasaan yang sangat lega. Semua komponen dari aura ini bekerja penuh dan berkembang dengan baik. Warnanya ada dalam kisaran kilauan intan yang tinggi dan bergerak dalam aliran yang indah. Bagian dari selubung auria adalah jelas, nyata dan terorganisir dengan baik. Perhatikan warna keemasan dalam bagian yang lebih atas yang menunjukkan kondisi spiritual jiwa yang tinggi. Selain itu, bentuk yang tirus, gambar yang menyolok dari aura yang diketahui adalah kurangnya warna-warna gelap. Adakalanya, di sana-sini muncul reaksi, tetapi tidak ada energi yang rusak dalam aura ini. Ilustrasi di sini hanya dapat mengisyaratkan ke arah keindahan bidang aura.

Lingkaran cahaya *(halo)* berwarna kuning lemon terisi dengan titik berlian menunjukkan kecerdasan yang hebat yang dimiliki seseorang. Ada segitiga di dalam masing-masing pusat spiritual, yang menjelaskan bahwa pusat-pusat bekerja dengan kekuatan yang optimal. Perhatikan perkembangan radiasi yang berasal dari pusat-pusat ini; yang hampir mencapai pinggir selubung aura. Aliran indah ini menunjukkan bahwa ia telah mengontrol sifat emosi dan mentalnya, dan hidup dengan sikap yang dapat lebih menambah cahaya dalam auranya. Cakra Mahkota, di atas kepalanya terbuka secara penuh, memamerkan bentuk bunga teratai putih yang indah. Jiwa ini membuka dengan penuh dalam sifat spiritualnya dan sadar sepenuhnya tujuannya di Bumi.

Bentuk-bentuk yang menciptakan pengetahuan semuanya ada di sekitar aura ini. Bintang-bintang putih pada sisi kirinya menunjukkan kemurnian gagasan. Pikiran orang ini benar-benar terfokus pada Tuhan. Orang ini telah menggunakan waktu yang tidak terkira untuk memperhalus dan mengembangkan atribut Ilahi. Bentukan yang indah di bagian kanannya menunjukkan bahwa ia mengejar misi spiritual, atau tujuan yang lebih tinggi. Jiwa ini, jika tidak siap menghadapi kehidupan, sangat dekat dengan tingkatan itu.

Warna ungu pada kakinya menyatakan kedamaian yang kuat dan kemantapan spiritual jiwa ini telah tercapai. Pembagian warnanya sama dengan aura yang berputar, tetapi warna-warna yang kini utama adalah

keemasan dan ungu. Berkas cahaya di atas kepalanya sangat terang dan bergetar. Jiwa ini merupakan berkat dan hanya menciptakan kebaikan kemanapun ia pergi. Dari sini, aura dapat lebih berkembang ke arah kesempurnaan yang tidak pernah statis.

Saya telah melihat aura seperti itu yang bisa jadi merupakan waktu-waktu yang berguna dalam kehidupan saya, namun merupakan takdir dari kita semua untuk mempunyai aura seperti itu.

BAB 3

Warna-Warna Anda

Ketika saya sedang melihat aura, maka reaksi pertama saya adalah ingin tahu apa makna warna yang saya lihat tersebut. Mengapa warna tersebut hanya mengelilingi orang-orang tertentu saja? Saya tahu aura tertentu menimbulkan perasaan tidak senang pada saya atau menarik hati saya, namun saya tidak dapat mengerti mengapa seseorang mempunyai warna-warna tertentu yang mengitari dirinya. Sedangkan, orang lain mempunyai warna yang sama sekali berbeda. Awalnya saya mencoba untuk menemukan informasi atau materi terkait dengan apa yang saya lihat. Namun, tidak ada guru yang dapat membantu saya menjelaskan tentang hal tersebut. Karena tidak ada orang lain yang melihat warna-warna tersebut, maka saya menempatkan berbagai pengalaman tersebut ke dalam pemikiran bahwa itu hanya sekadar pemandangan. Semuanya berubah ketika saya mengikuti pelatihan drama sekolah yang dibimbing oleh seorang wanita bernama Dorothy LaMaos.

Dorothy adalah pimpinan dari salah satu perusahaan saham ternama di Midwest. Dia memiliki reputasi di Broadway dan Hollywood, dan juga seorang perempuan yang eksentrik. Dari penampilan luar ia terlihat serius, tetapi begitu Anda mengenal dirinya, maka Anda baru mnengetahui bahwa ia mempunyai selera humor yang tinggi dan sangat ramah.

Kebersamaan yang menyenangkan telah kita jalin begitu lama. Dia tahu apa keahliannya dan banyak orang yang memintanya menjadi guru tentang hal itu.

Suatu hari, setelah saya mengenal dirinya sekitar enam bulan, dia mengundang saya untuk bertemu pada hari Sabtu. Saya pun datang dengan rasa penasaran, apa yang diinginkannya dari saya. Pada saat itu kami sedang berlatih sebuah pertunjukkan, sehingga saya pun berpikir kalau dia mau mencoret nama saya. Ketika sampai di sana, dia mengatakan pada saya bahwa undangan ini tidak ada kaitannya dengan pertunjukkan. Dia bertanya *bagaimana* saya merasakan sesuatu. Saya katakan padanya bahwa saya melihat sesuatu sebagaimana halnya dengan orang lain. Kemudian dia menanyakan apakah saya dapat melihat warna-warna yang melingkupi orang. Pertanyaannya itulah yang menjadikan saya perhatian padanya.

"Mengapa Anda menanyakan hal itu?" tanya saya.

"Sebab Anda dapat melihat aura," jawabnya.

"Aura, itukah namanya?" Itulah saat pertama kali saya mendengar nama aura.

"Ya," jawabnya. "Dan saya akan ceriterakan padamu bahwa kakek dan nenek saya telah mengajari saya berbagai hal tentang aura. Saya ahli hermetik. Ibu dan nenek saya, yang mempunyai kemampuan metafisika tingkat lanjut, juga seorang ahli hermetik. Dengan senang hati saya akan memberitahumu dan memberimu pemahaman yang lebih baik tentang bakat yang kamu miliki."

Itulah saat saya pertama kali bertemu dengan pengetahuan yang sesungguhnya tentang aura. Setiap Sabtu saya mulai belajar dengan ibu LaMoss. Dia memiliki beberapa buku kuno tentang ilmu hermetik yang menjelaskan berbagai aspek cara kerja metafisika. Ada buku yang sudah berumur 100 tahun, dan buku baru yang di dasarkan tulisan ratusan tahun yang lalu. Saya menghabiskan waktu selama berjam-jam di rumahnya, mengkopi banyak sekali informasi tentang pelajaran hermetik. Dorothy juga membuat diagram dan gambar untuk menunjukkan berbagai jenis aura. Termasuk juga memetakan berbagai warna aura sesuai dengan corak dan tingkatannya. Semuanya diuraikan dengan sangat gamblang. Begitu juga dengan arti dari setiap warna disampaikannya secara rinci. Itulah waktu yang begitu mencerahkan, yang akan selalu saya ingat. Setiap hari, dengan perhatian terhadap aura dan metafisika yang semakin berkembang, saya

memperoleh pemahaman yang semakin mendalam dari Dorothy, dan juga diberikan berbagai teks sakral. Itulah yang menjadi dasar pengajaran spiritual saya beberapa tahun kemudian, dan menjadi salah satu alasan saya menulis buku ini: yaitu saat berbagi pengetahuan dengan khalayak yang lebih luas.

Berbagai warna spiritual dalam aura berada dalam kisaran warna yang indah, di tingkatan yang tinggi, keperakan berkilauan yang menunjukkan jiwa yang telah berkembang, hingga warna kehitaman, abu-abu metalik pudar, dan marun kotor yang menunjukkan individu yang tidak berkembang. Sebagaimana kita ketahui, banyak orang berada pada tingkatan menengah, dengan warna tertinggi dan terendah bergerak dalam aura mereka. Ketika jiwa siap untuk berkembang menuju tingkat berikutnya, corak warnanya menjadi lebih terang dan seringkali disalahartikan menjadi warna putih.

Pancaran aura yang terlihat melingkupi seseorang yang sangat mumpuni adalah sangat nyata dan hidup, dibandingkan dengan warna-warna yang dirasakan dalam dunia nyata. Warna biru dan hijau sama cantiknya dengan warna langit atau dedaunan, bahkan tampak lebih hidup dan penuh kekuatan dalam energi spiritual. Begitu juga dengan warna-warna kebalikannya. Berbagai warna yang terlihat mengitari perpindahan aura dapat begitu fantastis dan menyeramkan. Selain warna-warna yang tidak menarik, ada getaran dan perasaan yang mengiringi warna yang tidak ditemukan dalam dunia nyata. Berbagai warna yang berkilauan begitu menyenangkan pikiran dan gemerlapan. Sedangkan, warna-warna dengan getaran rendah membuat pikiran tertekan dan merisaukan.

Ketika Anda mempelajari berbagai definisi warna ini, refleksikanlah bagaimana warna-warna tersebut terkait dengan Anda. Sekali lagi, Anda tidak perlu tahu bagaimana berbagai warna ini bekerja dalam diri Anda. Dengan mengetahui arti dari warna-warna ini, maka Anda dapat menetapkan secara akurat warna apa yang ada dalam aura Anda. Misalnya, jika Anda adalah seseorang yang penuh kasih sayang, dapat dipastikan bahwa Anda mempunyai cahaya pink kemerahan, yang mengangkat dan mempertinggi aura Anda. Jika Anda merasa sedang dalam kondisi sangat marah, maka Anda sedang mengekspresikan cahaya merah yang melemah pada aura Anda. Dengan demikian, cahaya inilah yang menjadi dasar Anda mulai bekerja dengan aura dalam rangka memperbaiki diri.

Warna-warna Terang
(Gambar 3-1)

Warna-warna terang merupakan energi spiritual yang kita peroleh sebagai hasil dari pikiran, tindakan, dan perbuatan positif kita. Warna-warna itu mengekspresikan penyesuaian spiritualitas sifat dasar kita. Berbagai energi ini menjaga tujuan dan nilai dasar keilahian, dan secara aktif berusaha mewujudkan potensi spiritual kita. Begitu juga halnya dengan energi positif yang membantu kita mengubah bagian-bagian yang gelap dari aura.

Putih

Bersama dengan warna emas, warna putih dalam aura dianggap sebagai salah satu warna tertinggi. Warna ini berarti suci, yang melambangkan Cahaya Ilahi pembawa kedamaian bagi umat manusia. Banyak pertanda spiritual dikaitkan dengan cahaya putih. Energi warna ini, dalam setiap tingkat di aura, tidak diragukan lagi mengindikasikan tingkat spiritualitas, bahkan lebih jauh lagi, jiwa (roh). Wahyu juga dikaitkan dengan warna putih. Makna terbesar dari kehalusan (kelembutan) juga identik dengan warna putih. Warna putih mutiara melambangkan kualitas kebaikan hati dan pemaaf. Warna putih tiram, dengan warna kuning sangat cemerlang di dalamnya, berarti jiwa yang tabah, yang sedang berusaha keras mendapatkan pembelajaran dari apa yang dialaminya. Warna kristal putih, merupakan warna termurni putih, menunjukkan jiwa yang telah memperoleh pencapaian tertinggi. Warna ini juga melambangkan paduan kekuatan, keteguhan hati, daya juang, kebulatan tekad, dan kekerasan hati.

Emas

Emas adalah warna kearifan, percaya diri, keyakinan, kekuatan dari dalam, dan keteguhan hati. Warna ini juga merupakan energi perlindungan yang sangat kuat. Jika ada warna emas dalam aura, kita mempunyai kekuatan, yang dapat menguasai diri terendah kita *(the lower self).* Kita menjadi percaya diri untuk mengetahui apa dan siapa kita sesungguhnya. Kita tahu apa yang dapat kita selesaikan, apa yang dapat kita kerjakan. Kita melangkah dan bertindak secara meyakinkan. Warna emas membawa tenaga dinamis yang kuat, yang dapat menjauhi kita dari rasa frustasi, gagal dan tidak mampu.

Perak

Warna perak melambangkan energi spiritual kecerdasan. Warna perak dalam aura menunjukkan seseorang dengan kekuatan ketajaman persepsi dan kecepatan pikiran. Orang seperti ini akan berpikir untuk dirinya sendiri dan tidak membiarkan orang lain memikirkan dirinya. Saya sering melihat cahaya berkilau keperakan atau titik-titik keemasan yang bergerak mengitari kepala seseorang. Sel-sel otak dan daging memang mempunyai pancaran sinar keperakan. Dan dari individu yang aktif dan sehat, kita bisa melihat garis kesehatan yang dipancarkan melalui cahaya dengan warna keperakan dari bagian kepalanya.

Biru

Warna ini terlihat melingkupi seseorang yang sedang berusaha menemukan kebenaran spiritualnya. Warna biru ini kira-kira seperti biru raja (royal blue). Seseorang dengan warna biru ini akan mengatasi segala rintangan dalam upaya mencari kebenaran tersebut. Biru terang dalam aura menunjukkan integritas, kearifan, dan ketulusan hati. Biasanya, seseorang dengan warna dominan biru adalah para ilmuwan atau seniman. Biru raja juga berarti sangat loyal, seseorang yang setia. Ekspresi dengan warna yang "benar-benar biru" menunjukkan keramahan, mempunyai pertimbangan bagus dalam hal-hal bersifat umum, dan menandakan jiwa yang sangat religius. Biru Madonna, warnanya terang tetapi bukan biru bedak, dan warna ini menunjukkan kepatuhan dan kemauan untuk menyelesaikan setiap penugasan. Orang seperti ini akan taat pada perintah Ilahi. Biru primer adalah salah satu warna penyembuhan yang sangat kuat, dan biasanya akan terlihat melingkupi para dokter dan orang-orang yang mampu mengobati. Biru aqua juga merupakan warna penyembuhan, mempunyai getaran tinggi. Bersama dengan warna violet, warna ini dapat membuat rasa damai, dan membantu menghilangkan patah semangat. Biru merak menunjukkan bakat dan kecakapan. Biru lembayung mengindikasikan pencapaian dengan kekuatan Ilahi.

Biru Bedak

Ini adalah warna biru terang, pembawa inspirasi kreativitas yang tinggi. Warna ini merupakan salah satu warna mutiara yang berkilauan. Dalam

aura, warna ini menunjukkan seseorang yang artistik, yang mencintai keindahan. Biru terang menunjukkan ketaatan pada ide-ide mulia. Para artis besar mempunyai biru bedak yang mendominasi aura mereka.

Pirus

Warna pirus (biru kehijauan) adalah energi kemakmuran, dan hal ini berarti seluruh bagian dari kehidupan kita—mempunyai banyak gagasan, teman, dan materi kebendaan. Ini adalah energi "keberuntungan". Pirus mendorong kita untuk menyadari arti penting kesehatan dan kebebasan dari hal-hal yang membatasi dan menghalangi. Seseorang dengan energi ini dalam auranya berarti mempunyai pemikiran yang tidak sempit dan mengetahui bahwa uang dan sumber daya akan tersedia bagi mereka kapan pun mereka membutuhkannya, bahkan ketika kondisi di luar mereka ternyata tidak seperti yang diharapkan.

Merah Muda (Pink)

Merah muda adalah warna cinta. Spirit mencintai muncul dalam bentuk merah muda yang begitu tajam (*deep rose-pink*). Merah muda adalah warna yang menunjukkan rasa cemburu, mementingkan diri sendiri, dan emosi negatif lainnya. Merah muda adalah warna universal yang mengekpresikan kegembiraan, kenyamanan, keharuan, menyintai sesama, pencapaian tertinggi, dan kemewahan. Warna merah tua (crimson) menunjukkan kealamiahan, mencintai segala sesuatu secara bersahaja, apa adanya. Warna merah muda berkilauan, merupakan bentuk paling cemerlang dibandingkan merah muda, menunjukkan jiwa yang setulusnya mencintai Illahi.

Hijau

Hijau dianggap sebagai warna pertumbuhan dan pembaharuan. Hijau jamrud (*emerald green*) mengekspresikan keseimbangan diri seseorang, dan merupakan warna penting yang harus dimiliki. Orang yang memiliki warna ini akan hidup dalam keteraturan. Hijau jamrud juga merupakan warna keselarasan pikiran, tubuh, dan jiwa. Hal itu tampak pada seseorang yang semakin berkembang pengetahuannya, mempunyai pengalaman yang selaras dalam berbagai tingkatan kehidupan. Hal ini ditunjukkan, antara lain, dengan

mencintai alam dan lingkungan. Warna hijau muda atau pucat menandakan simpati. Hijau apel menunjukkan perkembangan spiritual baru dan harapan, suka melayani dan bekerja sama. Hijau adalah warna menenteramkan kegelisahan, baik untuk mengatasi ketakutan. Biru kehijauan menandakan dapat dipercaya, sikap yang suka membantu sesama.

Kuning Lemon

Energi warna ini membawa kekuatan konsentrasi. Warna ini terkait dengan intelektualitas. Orang yang memiliki warna ini dengan kuat di auranya akan mencurahkan sebagian besar hidupnya untuk mempelajari kebenaran yang lebih tinggi. Mereka akan mampu merengkuh sasaran dan melekatkannya selama proses belajar dan setelah menjadi ahli. Kuning lemon dalam aura menunjukkan kuatnya mental dalam bidang artistik, kreativitas, dan usaha keras di bidang pengetahuan. Kuning, misalnya, akan terlihat di kelas melingkupi anak-anak yang sedang belajar. Tentu saja, guru mempunyai warna kuning yang terlihat nyata. Kuning menandakan tubuh, pikiran, dan intektualitas yang sehat. Hal ini penting untuk mengusir ketakutan, kekuatiran, dan perasaan cemas. Orang yang optimis mempunyai warna kuning lemon dalam aura mereka. Kuning dan oranye secara bersamaan dapat memberikan inspirasi yang besar.

Oranye

Oranye yang dimaksudkan adalah oranye terang, seperti warna buah. Warna oranye yang dimiliki seseorang menunjukkan bahwa orang tersebut mempunyai motivasi yang kuat, rasa antusiame, dan kemampuan organisasi yang baik. Energi ini juga dapat menunjukkan semangat yang bergelora atau ambisi. Seseorang yang memiliki warna ini juga sangat tekun, dan hampir selalu berhasil mengatasi rintangan, sehingga berhasil mencapai tujuannya. Warna oranye tajam pada seseorang menunjukkan bahwa orang tersebut penuh perhatian, mempunyai pertimbangan, dan energi jiwa. Orang seperti ini adalah pemimpin yang dinamis. Oranye emas menunjukkan warna kearifan dan energi terkait dengan tingginya kemampuan spiritual, mental, dan pengendalian diri–getaran spiritual yang tinggi tidak selalu terlihat.

Merah

Ini adalah energi kehidupan, terutama sekali merah rubi (*ruby red*). Pancarannya penuh vitalitas. Merah adalah warna yang juga dapat berarti kebajikan. Ini menunjukkan seseorang yang antusias dengan aspirasi yang tinggi. Ini adalah bagian dari keinginan besar kita. Orang dengan warna merah di auranya mempunyai pengertian yang mendalam terhadap orang lain, dan mereka dapat bekerja sama dengan orang lain. Mereka tidak mudah menyerah. Merah rubi adalah warna yang menunjukkan vitalitas fisik yang penuh daya tahan. Merah menyegarkan tubuh. Merah jambu *(rose red)* menunjukkan rasa cinta. Merah jambu berpadu dengan oranye membantu meningkatkan kesehatan, sehingga terlihat sangat sehat. Warna ini sangat dominan dan mencolok, membuat segalanya tampak lebih terang dan penuh kehangatan, sesuatu yang yang penting dalam kehidupan. Warna merah tajam *(clear red)* menunjukkan kekuatan. Merah oranye *(orange-red)* adalah warna penyembuhan dan pembersihan. Warna merah koral menunjukkan tidak dapat mengabil keputusan, tidak gembira dengan lingkungannya. Merah scarlet *(scarlet red)* dapat diidentikkan dengan egoisme. Merah lembayung *(red-purple)* menggambarkan kekuatan tubuh dan hasil kerja individu.

Violet

Seseorang yang mempunyai warna violet dalam auranya menunjukkan orang tersebut tenang dan tenteram. Orang tersebut mempunyai keseimbangan di dalam dan di luar dirinya. Ia selalu ingin dapat melayani sesamanya. Violet membawa kekuatan spiritual yang tinggi, kejayaan sejati, dan tidak mementingkan diri sendiri. Violet memberikan perlindungan mental. Jika warna violet berubah menjadi warna lavender, berarti ada peningkatan karakter keimanan seseorang. Warna orchid, yang bentuknya sangat terang, menandakan kerendahan hati, sebagai keluarga dekat dari warna lavender, warna ini berarti juga kesucian dan spiritualitas.

Lembayung (Purple)

Warna ini dalam aura seseorang berarti kedamaian yang mendalam. Juga, seseorang dengan warna ini dalam auranya berarti orang tersebut sangat religius dalam cara kebatinan. Namun, lembayung juga menunjukkan

kemampuan untuk menghadapi hal-hal yang sifatnya praktis dan keduniawian. Warna lembayung nila *(purple-indigo)* menunjukkan seseorang yang mempunyai kekuatan spiritualitas. Gelombang lembayung yang berada di bawah kaki seseorang menunjukkan ia berhasil mengatasi penderitaannya.

Nila (Indigo)

Warna ini memberikan inspirsi dan kekuatan dari dalam dari spiritualitas yang sesungguhnya. Ini adalah warna yang sangat ekstrim dan jarang terlihat dalam banyak orang. Seseorang yang memiliki warna ini berarti dia telah dapat membangkitkan spiritnya sendiri. Umumnya tidak cukup tersedia enegri dalam aura yang mampu memberikan hasil cukup besar seperti itu. Indigo lembayung menunjukkan seseorang yang telah berhasil menemukan makna spiritualitas tertinggi.

Warna-warna Suram (Gambar 3-1)

Energi-energi yang suram menunjukkan adanya beberapa Cahaya Ilahi yang berkurang atau mengalami kerusakan. Dalam hal ini berbagai energi keilahian bisa dikatakan mengalami penyimpangan, sehingga kehilangan esensi sifat kodratinya. Misalnya, jiwa yang bersih akan mempunyai energi berwarna kuning lemon. Akan tetapi jika orang itu menjadi lesu dan malas, maka warna kuning terang akan berubah menjadi warna krem kotor. Warna-warna cerah yang ada akan menghilang karena orang tersebut tidak mempergunakan energi spiritual dengan semestinya. Akibatnya, di sana tidak cukup tersedia esensi keilahian yang bersinar sebagaimana sebelumnya. Kuning mustar (*mustard yellow*) dapat juga menandakan adanya penyakit. Jika warna itu sangat buram, hal itu menunjukkan seseorang yang kejam. Oranye cerah *(bright orange)* adalah warna pendorong antusiasme dan ambisi. Namun, jika warna itu menjadi oranye hangus *(burnt orange),* menandakan orang itu menjadi begitu membanggakan dirinya sendiri. Oranye kecoklatan gelap *(dark brownish orange)* menunjukkan kesenjangan antara ambisi dan upaya mewujudkannya. Selain berwarna warna gelap, energi-energi ini mempunyai getaran yang dingin dan tidak menyenangkan, seandainya mereka mendominasi aura.

Jika kita mengenali beberapa jenis energi yang bekerja dalam diri kita, maka akan mudah bagi kita untuk mengetahui dimana kita perlu mulai untuk meningkatkannya: kita tidak perlu bersusah payah atau memukul kepala kita sendiri untuk melakukan hal itu. Ingat bahwa aura kita berubah secara konstan, dan tidak ada satu aspek pun yang dapat kita ubah dan kita kurangi. Jika kita sedang malas berpikir, maka kita dapat berubah menjadi cerdik atau lihai. Jika kita pemberang ataupun jahat, kita juga bisa menjadi baik, dan seterusnya.

Setiap orang mempunyai cahaya gelap pada satu titik atau pada titik lainnya. Ini adalah bagian dari pengalaman hidup kita untuk mengubah kondisi tersebut. Harus selalu diingat bahwa energi-energi yang suram bukanlah bagian dari pancaran cahaya Ilahi, tetapi merupakan sesuatu yang artifisial dan bukan bagian dari kodrat keilahian kita yang sesungguhnya. Oleh karena itu, kita tidak perlu menganggap energi negatif ini sebagai milik kita. Kita justru harus menghilangkan mereka dari aura kita dan tidak membuat berbagai getar kerusakan yang baru. Yang jelas adalah energi negatif tidak berdaya di bawah Cahaya Keilahian. Energi ini tidak mungkin dapat berkembang tanpa kita mengundangnya untuk berada dalam diri kita. Semakin baik kita melakukan sesuatu, maka semakin banyak energi dengan warna-warna tinggi yang dapat kita tarik dan kumpulkan, dan semakin banyak getaran lebih rendah yang kita pindahkan.

Abu-abu

Warna abu-abu dihubungkan dengan kondisi gelisah, murung, dan depresi. Abu-abu adalah warna untuk menyatakan sakit. Ketika warna energi seseorang mengarah ke abu-abu, maka orang tersebut adalah selalu gelisah atau khawatir. Abu-abu terlihat pada aura orang yang tidak dapat segera mengatasi awan gelap yang menimpa diri mereka. Namun, jika warna perak bercampur dengan warna abu-abu, maka berarti seseorang mengetahui kepedihan dan penderitaan yang dialaminya, dan sedang berupaya mengatasinya. Abu-abu arang menandakan keputusasaan. Sedangkan, abu-abu gelap menandakan beban berat, kesepian, kesediha), dan kehilangan.

Merah Pudar

Energi ini muncul melalui warna merah marun, kotor, dan gelap. Ini menunjukkan seseorang yang penuh gairah atau birahi. Orang seperti ini

sebagian besar dikendalikan oleh dari naluri terendahnya. Mereka dapat menjadi kecanduan seks dan tidak pernah merasa puas untuk berbuat lebih jauh lagi. Hal ini mendorong perbuatan seksual yang tidak wajar, dan sudah pasti merupakan penyalahgunaan energi seksual. Merah pudar juga menunjukkan tanda keburukan seseorang. Merah keruh menandakan amarah luar biasa, kegelisahan, keburukan, dikuasai oleh emosi, dan percecokaan.

Hijau Alpukat

Ini adalah warna hijau yang sangat gelap, seperti kulit luar alpukat. Ini menandakan adanya ketidakjujuran dalam diri seseorang. Seseorang yang melakukan penipuan dan mengambil keuntungan dari hal itu. Seorang pengkhianat mempunyai warna hijau alpukat pada auranya. Ini menandakan seseorang yang rakus. Hijau alpukat juga terdapat di aura seseorang yang dilanda kecemburuan. Ini adalah energi yang sangat membahayakan. Hijau zaitun, yang cahanya tampak paling benderang, menunjukkan iri hati.

Coklat Gelap

Coklat, terutama coklat cocoa (*Cocoa brown*), menunjukkan seseorang yang kejam dan picik. Energi ini memacu kekuatan untuk mementingkan diri sendiri dan hasrat pribadi. Ini dapat menunjukkan seseorang yang ingin mencapai dan mengembangkan perasaan yang kuat, tetapi melalui cara yang salah. Coklat pudar menandakan ketamakan. Coklat kehijauan menunjukkan seseorang sangat cemburu. Kumpulan warna kecoklatan dapat berarti orang yang kikir/pelit. Coklat juga dapat menunjukkan rasa bersalah dan tertekan.

Hitam

Hitam adalah getaran terendah dari semua warna. Warna ini sama sekali tidak terwakili dari getaran tertinggi. Hal ini menandakan seseorang yang membuka diri pada kegelapan, bahkan kejahatan yang keji. Hitam tinta yang melayang-layang di sekeliling seseorang mengindikasikan kebencian dan kedengkian. Jiwa dengan energi ini cenderung sudah mati atau sudah mantap dalam kejahatan yang keji. Orang seperti ini mampu melakukan

kejahatan yang mengerikan tanpa ragu-ragu atau tanpa menggunakan hati nurani. Hitam asap, warna hitam yang paling terang, menandakan "kegelapan dari jiwa", yaitu seseorang yang terjatuh dalam keputusasaan terdalam. Ini berarti ia berada dalam kedukaan dan tergerak untuk bunuh diri.

Cara Kerja Aura

Mari kita terapkan apa yang sudah kita ketahui tentang warna-warna spiritual dan aura ke dalam tindakan. Banyak orang mempunyai kesan keliru bahwa aura adalah sesuatu yang sifatnya pribadi atau berubah setiap hari dalam kehidupan ini. Tidak ada sesuatu yang lebih jauh dari kebenaran. Aura adalah bagian yang aktif dan dinamis dari kehidupan setiap orang.

Seperti kepingan salju, tidak ada dua aura yang sama persis. Sebab, tidak ada dua orang yang mempergunakan daya kehidupan Tuhan secara persis juga. Jika kita menghabiskan sepanjang hidup hanya untuk menanam benih kebencian, kita tidak akan dapat menampilkan kemegahan aura sebagaimana bila kita menanam benih kasih sayang. Jika Anda pemain biola dan saya seorang pialang saham, maka aura kita tidak akan serupa karena pekerjaan kita membutuhkan perhatian dan keterampilan yang berbeda. Lagi pula, aura secara nyata menunjukkan tentang semua hal yang terjadi dalam kehidupan seseorang sebenar-benarnya. Dalam kehidupan ini, apakah kita akan mengisinya dengan perselisihan atau kasih sayang, semuanya tergantung pada jenis energi yang kita ciptakan sendiri.

Ini adalah galeri potret auria yang menggambarkan berbagai aura sesungguhnya dari berbagai orang yang saya ketahui. Saya dapat memilih aura yang menunjukkan penggunaan yang dramatis dari energi spiritual, ada yang dipergunakan untuk tujuan positif, dan ada pula yang dipergunakan untuk tujuan negatif. Sekali lagi, kondisi aura seperti ini tidaklah statis atau tetap. Aura adalah aktif dan selalu berubah, corak ekspresinya bervariasi tergantung dari orang yang mengekspresikannya.

Cinta yang Romantis (Gambar 3-2)

Di sini kita melihat aura dari siswi berumur 20 tahun, yang jatuh cinta dengan seorang musisi muda. Musisi itu menyambut kasih sayangnya, sehingga hubungan percintaan pun dimulai.

Dalam aura ini, terlihat awan merah jambu di atas kepala si gadis, yang menunjukkan dirinya sedang dimabuk cinta, dan begitu pula dengan kekasihnya. Sekeliling aura dipenuhi dengan energi gelembung merah jambu sampanye yang bergerak mengitari, menandakan kegembiraan yang tiada henti-henti atas kasih sayang yang telah diciptakannya. Hal ini juga menunjukkan bahwa kasih sayangnya berbalas, dan si gadis itu mengalami getaran hubungan kasih sayang. Energi pun menjadi seintensif itu, cintanya telah diterima.

Memperhatikan pancaran radiasi aktif warna hijau emerald, biru royal, dan keemasan dari pusat hermetik gadis itu, tampak adanya kesetiaan, keteguhan hati, dan kekuatan dari jiwa. Gadis itu tidak dapat mengelak dari perasaannya. Dirinya sedang di mabuk cinta. Pancaran radiasi merah jambu dalam berbagai bentuk bintang yang cemerlang dari pusat emosionalnya menunjukkan ekspresi sesungguhnya dari perasaan cinta itu. Keduanya terus-menerus saling mengungkapkan cinta mereka. Energi seperti itu akan berada di aura dalam waktu lama, sepanjang kasih sayang mereka terus berlanjut.

Dalam hubungan seperti itu, yang mencintai akan melakukan apa pun bagi yang dicintainya. Perasaannya pergi jauh melampaui batas-batas daya tarik seksual. Mereka bagaikan sahabat baik, dan tidak terfikir sama sekali untuk saling menyakiti. Mereka selalu saling memberi kesempatan, dan gembira dengan yang dilakukan pasangannya. Auranya adalah kasih sayang yang menyenangkan, optimisme, dan saling mendukung. Terkadang ada perasaan yang begitu posesif, sehingga dapat melemahkan energi. Tetapi dalam kasus ini, hal itu tidak terjadi. Perasaan yang ada hanyalah bagaimana bisa menyatu dengan orang yang dicintainya. Jiwa seperti ini begitu menyatu, dan kebal terhadap godan dari luar. Saya tahu ini seperti dongeng romantis, tetapi ini sunguh-sungguh terjadi. Saya telah melihat berbagai aura yang menunjukkan kasih sayang, walaupun saya melihatnya tidak sebanyak yang lainnya.

Kecerdasan (Gambar 3-3)

Ini adalah aura dari ahli ilmu atom yang saya amati dalam salah satu kuliah saya. Umumnya, berbagai energi di bagian mentalnya sangat kuat. Dia mempunyai berkas cahaya berwarna kuning cerah, yang berada di bawah berkas keemasan yang terkait dengan bagian mentalnya. Berkas ini

dibangun dengan cara terus mempergunakan kekuatan kosentrasinya. Hal menonjol lainnya yang sering digambarkan terkait pikiran yang cerdas adalah segitiga perak dalam pusat mental—tanda kecerdasan yang luar biasa, bahkan jenius. Kerja mental yang kuat yang dimilikinya tampak jelas di bagian atas auranya, di mana beberapa bentuk yang sama seperti pikirannya, sangat panjang dan lengkap, yang diproyeksikan dari alam bawah sadarnya. Sebab, dia memusatkan pikirannya pada pekerjaannya. Jiwa yang brilian seperti ini juga mempunyai bagian magnetis yang berkembang tinggi.

Berbagai hubungan lemah yang saya temukan pada saat mempelajari aura para ilmuwan dan intelektual berada pada emosi. Orang akan berpikir bahwa orang pintar juga mempunyai emosi yang seimbang, tapi dalam kasus ini ternyata tidak begitu. Secara emosional, orang ini masih mempunyai sejumlah hal yang harus diperjelas. Ketidakseimbangan dalam kasus ini ditunjukkan dengan sinar hijau alpukat yang memancar keluar dari pusat emosinya. Sifat lekas marah yang kuat ditunjukkan dalam garis merah gelap bergerigi, juga diproyeksikan dari pusat emosionalnya. Tidak adanya warna merah jambu dalam auranya menandakan adanya kemungkinan hubungannya dengan orang lain sedikit terganggu (dingin).

Kebencian (Gambar 3-4)

Ini adaah cerita tentang aura kebencian yang dimiliki oleh seorang perempuan yang telah direnggut masa remajanya oleh ayahnya sendiri. Meskipun telah beberapa tahun berlalu, tetap saja menimbulkan ketidakpercayaan dan rasa benci kepada laki-laki—di dalam hidupnya, ia tidak senang dengan laki-laki. Auranya menunjukkan kebencian yang tidak pada tempatnya, yang dia tujukan kepada pacarnya pada saat itu.

Ketika pertama kali saya berjumpa dengan perempuan ini, auranya tidaklah begitu jelek. Ia sebenarnya sangat menarik—yang ditunjukkan dengan bagian magnetis yang aktif—tetapi ia mempunyai masalah dalam hubungan sosial, di mana semua itu kemudian memicu jenis reaksi auranya. Diperlukan beberapa bulan bagi energi untuk berkembang mencapai tingkatan ini. Awan gelap mulai terbentuk di atas kepalanya, menunjukkan beban pikiran yang sudah lama dirasakannya, serta kebencian yang begitu mengental. Pada kenyataannya, meskipun ada awan gelap di atas kepalanya yang menunjukkan pikiranya terpusat pada kebencian, tetapi ia dapat

menghapuskan pikiran-pikiran gelap dari dirinya. Terkadang, saya melihat awan kebencian pada dan di sekitar daerah kepala, yang mengindikasikan kondisi bingung dan tidak berfungsinya organ-organ tertentu dari tubuh, namun dalam kasus ini hal-hal tersebut tidak terjadi. Perempuan itu mempunyai bisnis sendiri dan dapat bekerja dengan baik. Semburat cahaya marun dan hitam juga ada di auranya, menunjukkan kemarahan yang lahir dari kebencian. Pancaran warna hitam dari pusat hermetik dan emosi sebagai bukti terhadap akibat yang merusak dari kebencian itu: Dia membuat hidup menjadi begitu sulit, baik bagi dirinya sendiri maupun orang di sekitarnya. Aura seperti itu harus dipantau, sebab orang dalam situasi seperti itu mudah melakukan tindakan yang gegabah. Wanita ini berbicara betapa tidak baiknya sang pacar, dan bahkan pernah berpikir untuk membunuhnya.

Sekalipun begitu, ini tidak berarti sebagai aura yang jahat. Perempuan itu tetap mempunyai keinginan spiritual, dan yang menarik, ia mempunyai kemampuan melihat ke depan dengan baik, tetapi dia terganggu oleh berbagai energi yang telah diciptakan oleh cahaya kegelapan.

Kemarahan (Gambar 3-5)

Marah barangkali merupakan kondisi emosi negatif yang paling dramatik yang terlihat pada aura. Ilustrasi kali ini menggambarkan energi dari seorang laki-laki yang secara terus-menerus marah kepada istrinya. Ia selalu melontarkan kata-kata marah tersebut tanpa memberi kesempatan pada isterinya untuk bertanya alasannya mengapa ia marah. Akhir kejadian ini cukup tragis. Sang istri menjadi sakit karena kejadian itu, kemudian meninggal.

Kemarahan tersebut telah melampaui batas pinggir selubung aura. Garis berlekuk-lekuk dan kilatan merah yang melemah terpancar melalui auranya, bersama-sama dengan lintasan merah dan bulatan hijau kekuning-kuningan—yang menunjukkan ketidakharmonisan yang tajam. Pusat Hermetik menarik awan-awan berwarna cokelat gelap dan warna-warna suram lainnya, yang menunjukkan energi yang bergerak dari pusat kerongkongan ketika ia sedang melontarkan kata-kata marah, meneriakkan kata-kata kasar pada isterinya. Pusat emosinya adalah salah satu dari sinar kemarahan dan iritasi yang melemah dengan bentuk bergerigi. Titik-titik hitam menunjukkan kebencian yang dirasakan laki-laki itu, meskipun

istrinya tidak melakukan apapun yang dapat membuat ia membencinya. Tentu saja, bukan hanya kepada isterinya ia marah. Ia seperti bom waktu yang siap untuk meledak dengan provokasi yang paling ringan pun.

Kesadaran akan Kekayaan

Salah satu bidang energi yang paling terang yang pernah saya temui adalah garis keturunan pangeran dari Jerman. Pengeran ini memiliki kekayaan yang sangat besar ketika ia dipaksa untuk melarikan diri dari Jerman setelah Hitler berkuasa. Ia mengambil sebagian besar dari kekayaannya dan membawanya ke Amerika Serikat. Ia berpendidikan tinggi, dan mempunyai banyak keterampilan. Ia pun seorang diplomat dan ahli geologi, serta seorang pengusaha yang cerdas. Ia memiliki perusahaan minyak sendiri. Semua hal tersebut jelas tergambar dalam auranya, meskipun ia ditelantarkan dari tanah airnya. Ia sangat sadar akan kekayaannya sehingga ia pun sangat menjaga hartanya. Ketika saya bertemu dengannya, ia telah berusia tujuh puluh tahun, tetapi masih sangat waspada dan aktif.

Pada orang tersebut terlihat ada energi berwarna hijau kebiruan bergerak di sekitarnya, yang berarti bahwa ia sudah lama memiliki kesadaran akan kekayaan yang sangat besar. Ada juga sebuah dasar hijau biru pada kakinya yang membuatnya tetap sadar dan bertahan; dan ia selalu menyadari betapa hidupnya berada dalam kemakmuran. Warna hijau biru yang lebih besar di aura ini menunjukkan ia seseorang yang menarik dan memiliki kekayaan yang berlimpah. Warna hijau biru di sekitar Pusat Hermetiknya menunjukkan kegiatan sehari-hari yang didukung oleh kekayaannya. Radiasi aktif berwarna oranye menyatakan antusiasme dan motivasinya–orang ini benar-benar menikmati apa yang ia lakukan dan tidak tamak atau terlalu bangga. Biasanya jenis aura ini sangat lemah dan menyenangkan bila ada di sekitar kita.

Kesadaran akan Kemiskinan (Gambar 3-7)

Aura ini mewakili suatu reaksi negatif hingga ke peristiwa yang tragis. Ilustrasinya didasarkan pada kisah seorang perempuan yang telah menjadi janda dan tinggal bersama tiga orang anaknya yang masih kecil. Ia bekerja sebagai seorang pelayan dan sangat terampil dalam tugasnya. Meskipun

demikian, ia masih merasa berat untuk merawat ketiga anaknya. Beruntung orang-orang di kota tempat mereka tinggal mau membantunya, dan memberikan hal terbaik yang bisa mereka berikan. Namun perasaan berat harus menghidupi ketiga anaknya masih menyelimutinya. Masalah dipersulit dengan sikapnya yang pesimistik dan pemurung. Alasan mengapa auranya menjadi terpengaruh adalah karena ia tidak mencoba mengatasi situasi yang ada secara positif. Ia sepenuhnya sangat tergantung pada suaminya, dan menaruh seluruh kepercayaannya pada suaminya. Maka ketika suaminya pergi, dunianya seakan runtuh. Apabila wanita ini percaya penuh pada Tuhan, atau bahkan pada dirinya sendiri pada saat-saat yang penuh tantangan seperti itu, maka dia akan menghadapi kehidupannya dengan lebih baik dan dapat segera memulihkan kondisi kehidupannya.

Perhatikan energi hitam gelap yang ada di sekitar kepalanya. Ia merasa sedih, tertindas, takut dan tanpa harapan. Kebanyakan dari kita telah mengalami perasaan ini dalam berbagai tingkatan. Energi hitam gelap tersebut menunjukkan perasaan bersalah. Seseorang harus bekerja keras untuk keluar dari kesadaran ini. Umumnya orang membuat kesalahan dengan melihat penderitaan secara finansial sebagai hal yang permanen. Di sinilah letak kesalahan besar; mereka merasa jadi buntu dan tak ada jalan keluar, yang akhirnya menyebabkan mereka kurang termotivasi untuk melakukan upaya-upaya yang diperlukan untuk mengatasi masalah. Tetapi jika penderitaan tersebut dianggap sebagai kondisi yang bersifat sementara, dan terbuka untuk perubahan, maka akan ada banyak motivasi, dan kepercayaan serta harapan yang besar untuk memperoleh masa depan yang lebih baik.

Di kepala wanita ini, ada pikiran yang berat—bentuk konsentrasi dari hijau alpukat, biru berkilauan, dan cokelat cocoa yang memantulkan kegelapan pikirannya secara tetap. Ada berkas cahaya yang bergelombang ketika muncul pikiran yang picik—wanita yang digambarkan ini selalu sedih dan seringkali meremehkan diri sendiri. Bentuk pikiran-pikiran seperti ini telah mempengaruhi kondisi emosionalnya, yang ditunjukkan dengan adanya awan kelabu (indikasi rasa takut) di atas energi tersebut. Yang saya ketahui tentangnya adalah dia terus merasa takut terhadap apa yang akan terjadi kemudian.

Di sekitar Pusat Hermetik ada energi marun yang menjelaskan kondisi negatif dalam urusan pribadinya. Ada juga warna-warna yang lebih cerah dari biru royal—kesetiaan terhadap anaknya, meskipun kebosanan tampak pada hidupnya. Hijau Emerald menunjukkan upaya untuk menjaga keseimbangan dalam hidupnya. Dia bukannya orang dengan sifat yang buruk, tetapi ia adalah orang yang telah mengalah terhadap penderitaan yang menimpanya. Di pusat emosinya, ada pancaran cahaya merah muda yang menunjukkan bahwa ia adalah orang yang hangat dan sangat mencintai anak-anaknya. Perpaduan hijau emerald dengan pink cinta adalah pancaran abu-abu, yang menandakan ketakutan akan masa depan.

Rasa Takut (Gambar 3-8)

Ilustrasi tentang aura ini adalah seseorang yang takut kehilangan pekerjaannya. Energi takut dan cemas sangat mirip dalam aura. Energi yang mirip juga bisa terjadi pada kondisi atau sesuatu yang khusus, suatu keadaan yang kronis, phobia, atau peristiwa yang tidak terduga. Ketakukan bisa jadi dibenarkan atau tidak, tetapi ketika hadir pada tingkatan ini, semuanya akan menghabiskan energi. Kekhawatiran orang telah terbentuk selama sebulan, direfleksikan dalam bentuk awan abu-abu charcoal di atas kepalanya. Jika ketakutannya berkurang, warna abu-abu akan semakin terang. Garis abu-abu yang terkulai yang memancar dari pusat emosional menyatakan bahwa orang ini menghindari tantangan dan bukan menghadapinya. Pada kenyataannya bahwa radiasi bergerak menurun yang berarti bahwa pengalamanlah yang mendorongnya jatuh, dan menciptakan perubahan situasi. Biru royal masih memancar dari sekitar tenggorokan, tetapi energinya putus. Ini menunjukkan kurang percaya diri dan kurang kemauan yang mengiringi rasa takutnya. Dalam hal ini, ketakutan laki-laki ini didasarkan pada ancaman yang sebenarnya, tetapi bisa berakhir dengan baik. Ia tetap mendapat pekerjaan. Namun energi yang ia curahkan dalam bentuk kekhawatiran telah mengurangi energinya yang berharga. Butuh waktu untuk membangunnya kembali.

Pencari Spiritual (Gambar3-9)

Aura dari pencari spiritual adalah satu dari perkembangan, karena jiwa mulai mengembangkan potensi dan kekuatan spiritualnya. Aura ini dimiliki

oleh pendeta pada gereja metafisika, yaitu orang yang enerjik, antusias, dan berpengetahuan luas.

Jiwa ini telah memulai ziarah sadarnya ke keabadiannya *(Eternal House)* dan sedang bekerja untuk kebaikannya. Berkas cahaya berwarna hijau apel dan cahaya biru terang barangkali terlihat di atas kepalanya, antara puncak aura dan bagian spiritual. Saya melihat berkas-berkas ini dalam pencari-pencari spiritual. Pancaran energi keperakan di atas kepala seseorang menunjukkan bahwa orang ini cepat dalam kecerdasan ilahi untuk menerima gagasan-gagasan dan inspirasi baru, dan agar memiliki kesadaran spiritual yang lebih besar. Berkas kuning lemon yang ada dalam pusat mentalnya membuktikan pada kekuatan konsentrasi yang sangat berkembang. Gelombang cahaya lembayung yang kuat pada bagian dasarnya, menunjukkan bahwa ia telah mengatasi berbagai masalah. Hijau emerald yang memancar dari Pusat Hermetik, yang menunjukkan bahwa ia sedang berupaya keras untuk menyeimbangkan urusan duniawinya. Warna oranye yang menandakan antusiasme, juga datang dari Pusat Hermetik. Warna ini menunjukkan kegairahan terhadap penemuan spiritual. Perhatikan bahwa Cakra Mahkota telah membuka beberapa daun bunganya, bukti bahwa jiwa ini telah mulai bangkit menuju kesadaran spiritual.

BAGIAN
Dua

Meditasi dengan Cahaya Ilahi

BAB

4

Enam Langkah Mengubah Aura

Gambaran unik tentang pengambilan energi dari gudang spiritual adalah bahwa Anda menyerap energi dari sumber spiritual yang berada di luar diri Anda, dan dari tempat dan dimensi yang lebih besar. Itulah sebabnya mengapa cahaya dapat menjadi begitu efektif. Mengingat Cahaya Ilahi *(the Divine Light)* berasal dari tempat yang mulia, maka ia mempunyai potensi jauh di atas apapun yang terkait dengan kehidupan fisik. Teknik Enam Langkah yang disajikan dalam bab ini adalah hal yang sederhana namun merupakan meditasi yang berkekuatan untuk mengambil energi dari gudang spiritual Anda untuk dipindahkan ke aura Anda. Ini adalah teknik yang merupakan sebagian dari tradisi spiritual di dunia selama berabad-abad. Saya telah mengajarkan teknik ini kepada ribuan orang, dengan hasil yang menakjubkan. Teknik ini tidak mempunyai nama formal, tetapi saya menyebutnya meditasi *Diri-yang-Lebih-Tinggi (The Higher Self).*

Ada tiga kunci sederhana yang perlu diingat manakala Anda melakukan meditasi Diri-yang-Lebih-Tinggi dan cara-cara lainnya dalam bekerja dengan energi spiritual. Ketiga kunci ini merupakan proses yang akan Anda gunakan untuk menggunakan cahaya dalam segala situasi berikut:

- Memutuskan bantuan apa yang Anda inginkan dari Cahaya
- Menarik cahaya ke dalam aura Anda
- Gunakan cahaya untuk mempengaruhi keinginan Anda

Memutuskan Bantuan Apa yang Anda Inginkan dari Cahaya

Sebelum melakukan meditasi, sebaiknya Anda mempunyai gambaran yang jelas tentang bantuan apa yang Anda inginkan dari cahaya. Manakala Anda bermeditasi dengan cahaya, maka Anda bermeditasi dengan suatu tujuan. Jadi, semakin jelas apa yang Anda inginkan dari cahaya, maka hasil yang diperoleh juga akan semakin nyata.

Ada sangat banyak situasi yang dapat dicarikan solusinya dengan bantuan spiritual, dari tantangan-tantangan yang dijumpai sehari-hari hingga karakter yang terbentuk karena perasaan trauma dan penderitaan yang terpendam. Apabila Anda sudah mengetahui ke mana Anda ingin memfokuskan cahaya, maka Anda sudah siap untuk memulai meditasi. Namun, karena Anda sedang menggunakan waktu untuk mengembangkan diri, maka yang pertama perlu Anda lakukan adalah mundur sejenak dan inventarisasi kekuatan dan kelemahan Anda. Dengan cara ini, Anda dapat melihat dengan lebih baik ke mana arah kemajuan spiritual dan kesadaran Anda. Socrates berkata, "Kehidupan yang tanpa perenungan adalah kehidupan yang tidak berharga." Sebagai bagian dari rutinitas normal Anda, Anda perlu mengambil waktu keluar dari pencarian-pencarian hidup untuk merefleksikan apa yang sedang Anda lakukan guna memperoleh perspektif yang segar. Daftar yang Anda gabungkan dari pengamatan diri sendiri dapat menjadi titik referensi, tidak hanya untuk mengetahui apa yang Anda butuhkan dalam bekerja tetapi juga sebagai penunjuk jalan bagi kemajuan Anda.

Pengakuan adalah Setengah Perjuangan

Langkah pertama dari setiap pengamatan terhadap diri sendiri adalah pengakuan. Kita harus mengakui bahwa ada bagian-bagian dari diri kita yang perlu pengembangan. Meskipun keinginan kita pada umumnya adalah memperbaiki kehidupan, namun seringkali ada juga penolakan terhadap proses keseluruhan. Tidak mudah untuk mengakui kesalahan atau

kelemahan kita. Banyak orang yang tidak menyadari bahwa dalam mengarungi sebagian besar perjalanan hidupnya mungkin mereka telah melakukan sesuatu yang melukai diri sendiri atau orang lain. Pengakuan atas kelemahan atau kekuatan pribadi merupakan langkah besar dalam arah yang benar.

Pengakuan cukup untuk dapat menghancurkan halangan apapun yang kita hadapi. Meskipun seringkali pengakuan merupakan langkah awal yang kritis ke arah transformasi. Pengakuan kita juga tidak harus dibatasi hanya pada kesalahan. Pengakuan juga bisa tentang keinginan sungguh-sungguh untuk perbaikan diri secara keseluruhan, atau tentang kebaikan atau kekuatan yang tidak sepenuhnya kita sadari.

Mengambil Tanggung jawab

Langkah berikutnya dalam melaksanakan pengamatan diri yang efektif adalah kita harus bertanggungjawab atas tindakan-tindakan yang kita lakukan. Kita hanya akan memperoleh sedikit kemajuan spiritual apabila terus menyalahkan orang lain atau situasi di luar atas berbagai masalah yang kita hadapi. Dalam melakukan pekerjaan bimbingan, orang datang pada saya dengan keluhan yang berkepanjangan, dan biasanya disertai dengan rasa kasihan pada diri sendiri. Saya mengatakan pada mereka, "Apakah Anda ingin menjadi tuan atau korban dari hidup Anda?" Kita harus berhenti untuk selalu mengarahkan kesalahan kita sendiri kepada orang lain dan menyalahkan orang lain atas apa yang terjadi dalam kehidupan ini. *Kita menciptakan dunia kita sendiri.* Dari pikiran, keinginan dan emosi kita, kita menciptakan lingkungan pribadi di mana kita tinggal. Jadi, apabila sesuatu terjadi tidak sesuai dengan apa yang kita inginkan, lebih baik kita mengatakan, "Apa yang harus saya lakukan untuk mengatasi kondisi ini?" daripada mengatakan, "Mengapa ini terjadi pada saya." Ini adalah hal yang sederhana. Bertanggung jawablah pada hidup Anda dan amati bagaimana sesuatu akan berubah.

Identifikasi Kekuatan dan Kelemahan

Untuk memulai pengamatan diri, ambil buku catatan dan buatlah kolom untuk enam kategori. Berilah judul kepada masing-masing kolom yaitu Pikiran, Emosi, Urusan Pribadi, Hubungan, Karir, dan Keuangan.

Kemudian pikirkan dan rasakan apa yang menjadi kekuatan dan kelemahan Anda pada masing-masing kategori. Inventarisasi sifat-sifat yang sangat Anda sadari. Setelah Anda menuliskan hasil pengamatan Anda, periksalah untuk mengetahui sejauh mana Anda jujur kepada diri sendiri. Apakah Anda menjadi orang yang terlalu mudah, terlalu berat, atau tepat pada target? Sifat mana yang tampaknya paling menonjol? Itulah mungkin yang harus Anda fokuskan pertama kali.

Apabila Anda merasa kesulitan untuk melihat diri secara obyektif, lakukan survai diri selama seminggu. Ambil waktu seminggu dan catatlah dalam buku harian tentang pelaksanan kualitas enam kategori itu. Jangan mengarahkan pengamatan Anda pada arah tertentu atau menilai apapun. Jangan mengubah kebiasaan Anda sehari-hari. Ambil waktu pengamatan selama seminggu dengan apa adanya: baik itu kondisi yang membosankan, biasa saja, atau menyenangkan. Setiap kegiatan akan memberikan kualitas pada diri Anda.

Amati saja, dan tetap pertahankan alur dalam catatan harian tentang apa yang sedang Anda lakukan. Pada akhir minggu, review hasil survai Anda secara menyeluruh. Apabila Anda sering marah pada minggu itu, berarti Anda adalah pemarah. Apabila Anda sabar, maka Anda telah menjadi orang yang sabar. Sesuatu akan jelas terlihat apa adanya. Tentunya, tidak semua hal akan keluar dalam latihan pendahuluan ini, tetapi apa yang Anda perlukan *akan* muncul atau tampak.

Membangkitkan Cahaya dalam Aura Anda

Begitu Anda mengetahui ke mana Anda akan memfokuskan cahaya, maka Anda siap untuk melakukan meditasi. Inventarisasi sifat-sifat diri sangat berguna karena tidak hanya memberi Anda arah ke mana jalan yang harus dilalui dengan cahaya, namun juga membantu memberi Anda kerangka pikir untuk mulai bekerja dengan energi spiritual.

Barangkali ada beberapa wilayah yang ingin Anda atasi. Saya sarankan untuk memfokuskan saja pada satu wilayah pada suatu waktu, hingga Anda telah mencapai transformasi yang Anda inginkan, atau menghasilkan kemajuan yang kuat dalam arah itu, sebelum memulai yang lain. Dengan cara ini, Anda akan lebih cepat melihat hasilnya dan membangun kepercayaan yang lebih dalam kekuatan cahaya.

Memahami Diri-yang-Lebih-Tinggi

Sebelum mulai meditasi Diri-yang-Lebih-Tinggi, saya harus memperkenalkan Anda dengan satu bagian dari anatomi spiritual Anda—bagian yang sangat sakral. Seperti yang telah kita uraikan sebelumnya, Anda dapat mengubah Aura Anda dengan langkah pertama yaitu membuka gudang spiritual. Namun bagaimana sebenarnya Anda melihat aliran yang kreatif ini? Anda mempunyai sumber kekuatan yang dahsyat, dan Anda mempunyai ekspresi dari cahaya ini dalam aura Anda, namun mekanisme apa yang berlaku sehingga cahaya ini benar-benar sampai pada Anda? Perlu ada sebuah hubungan antara Anda dan gudang spiritual Anda yang dapat membimbing proses cahaya secara keseluruhan. Sayangnya, hubungan ini sudah menjadi bagian dari diri Anda. Ini merupakan aspek desain spiritual Anda yang luar biasa yang sudah mempunyai kecerdasan ilahi *(the divine intelligence)* dan kesadaran terhadap hubungan dengan bagian jiwa Anda. Hubungan ini—atau utusan cahaya—adalah Diri-yang-Lebih-Tinggi Anda.

Higher Self telah disebutkan beberapa kali dalam literatur spiritual, sehingga ia telah menjadi bagian dari tata nama studi metafisika. Banyak guru mengakuinya sebagai kekuatan pendamping dalam evolusi manusia, Helena Blavastky, seorang ahli metafisika terkenal, penemu *The Theosophical Society* dan pengarang sebuah karya besar seperti *Isis Unveiled* dan *The Secret Doctrine* menyebut Diri-yang-Lebih-Tinggi sebagai "bentuk asli (*prototype*) Ilahi," "refleksi dari spirit universal (spirit Ilahi)." Pengamat ilmu kebatinan dari Eropa yang terkenal yaitu Rudolf Steiner menyebut pembangkitan kesadaran dari Diri-yang-Lebih-Tinggi sebagai "kelahiran kembali spiritual." Ajaran yang lain menyebutnya sebagai sebuah "garis kehidupan", atau sebuah kebangkitan di mana sebuah kapal hilang di laut dapat menemukan jalannya pulang; jiwa yang terbangkitkan dapat dipertanggungjawabkan dan mencari bimbingan dari Diri-yang-Lebih-Tinggi.

Semua cahaya spiritual yang Anda terima dari gudang spiritual pertama kali harus melalui Diri-yang-Lebih-Tinggi. Setelah ia menerima cahaya dari dunia di atasnya, kemudian ia dapat memindahkan cahaya itu kepada Anda. Ia bekerja secara otomatis, tetapi ketika proses diselesaikan secara langsung dan Anda menyadarinya, maka dapat meningkatkan cahaya Diri-yang-Lebih-Tinggi yang dapat Anda terima

Keindahan dari Diri-yang-Lebih-Tinggi Anda adalah bahwa ia sudah dalam kesadaran ilahi dan karena itu ia dalam kondisi yang sempurna. Ini merupakan bagian yang lebih besar dari Anda, yang menyadari sepenuhnya tentang dunia spiritual di atasnya, dan belum secara tajam menyadari apa yang sedang terjadi pada Anda, di sini dan saat ini. Anda dapat sepenuhnya bergantung pada Diri-yang-Lebih-Tinggi. Ia tidak mempunyai cacat, tidak ada sifat manusia yang akan mengecewakan Anda. Ia sepenuhnya dapat dipercaya dan merupakan kekuatan pendamping dalam mengarahkan jiwa Anda dalam melakukan evolusinya. Diri-yang-Lebih-Tinggi selalu bersama Anda dan selalu bekerja untuk Anda, dengan atau tanpa Anda sadari. Karena Anda menyatukan diri Anda dengan kekuatannya, maka keefektifannya sangat berlipat ganda.

Diri-yang-Lebih-Tinggi (*The Higher Self*) seringkali dipertentangkan dengan apa yang umumnya disebut dengan Diri-yang-Lebih-Rendah (*The Lower Self*). Diri-yang-Lebih-Rendah mengacu pada bagian kemanusiaan yang tidak diketahui dari kesadaran Anda. Bagian ini adalah diri Anda yang secara spiritual belum berkembang. Bagi banyak orang, Diri-yang-Lebih-Rendah adalah semua yang mereka sadari pada titik ini dalam evolusi spiritual mereka.

Selain itu, untuk menyambungkan cahaya, Diri-yang-Lebih-Tinggi adalah salah satu alat yang Anda gunakan untuk membantu melewati batas kesadaran kemanusiaan Anda dan mencapai pengetahuan spiritual Anda. Kesadaran ini akan membantu Anda untuk tetap menjadi sadar tentang proses cahaya.

Sayangnya, Diri-yang-Lebih-Tinggi tidak hanya sebuah konsep metafisika. Ia merupakan bagian dari diri Anda yang sakral dan intim. Dalam aura, Diri-yang-Lebih-Tinggi muncul sebagai titik cahaya 24 inci di atas kepala. Jika Anda berkeinginan, maka Anda bisa memanggil delapan pusat spiritual ini. Nama lengkapnya adalah *The Higher Self Point of Spiritual Knowing* (lihat Gambar 4-1). Diameternya sekitar tiga inci (sama dengan pusat-pusat yang lain) tetapi ia tidak berotasi. Ia berwarna keemasan, dengan titik agak keemasan di pusatnya. Dari pusat ini, ribuan sinar seperti berkas cahaya keemasan dan putih memancar sekitar 14 inci dalam semua arah. Banyak gambaran dari berkah spiritual, seperti *The Coronation of the Virgin* oleh Velazquez, yang menempatkan sumber keberkahan saat ini pada titik Diri-yang-Lebih-Tinggi. Semakin berkembang seseorang

dan terhubung dengan Diri-yang-Lebih-Tinggi, maka sinar-sinar ini semakin banyak radiasinya dan semakin luas wilayahnya. Mengingat energi tertentu tertarik ke dalamnya, maka sinar yang datang semakin berkualitas dan semakin banyak warnanya.

Karena ia berada di atas kepala Anda dan di atas unsur campuran dari aura diri Anda, maka Diri-yang-Lebih-Tinggi dapat menerima cahaya secara jelas dan langsung. Bayangkan Diri-yang-Lebih-Tinggi sebagai satelit di ruang angkasa. Satelit yang mengorbit dapat menerima sinyal dari angkasa jauh lebih jelas dibandingkan stasiun penerima di Bumi karena satelit tidak mempunyai pengaruh dari atmosfir. Tanpa gangguan atau campur tangan manusia, Titik Diri-yang-Lebih-Tinggi menjadi pintu gerbang untuk dunia cahaya dan kehidupan yang lebih besar. Ini merupakan pemandangan yang tak terlukiskan, Saya baru menginjak usia 20 tahun ketika saya melihat titik Diri-yang-Lebih-Tinggi, dan setelah itu baru saya belajar bagaimana bekerja dengan hal itu.

Meditasi Diri-yang-Lebih-Tinggi

Untuk memulai meditasi Diri-yang-Lebih-Tinggi, pertama carilah tempat bersantai yang tenang, yaitu tempat di mana Anda merasa nyaman dan dapat berkonsentrasi tanpa gangguan. Anda tidak ingin dikelilingi banyak orang apabila sedang melakukan meditasi ini. Apabila Anda belum menemukan tempat seperti ini, saya sarankan untuk mencari tempat di dalam rumah Anda yang kondusif untuk kegiatan meditasi. Idealnya, harus ada wilayah yang tidak banyak digunakan oleh orang lain. Bisa jadi tempat itu adalah di pojok kamar tidur, di mana Anda meletakkan kursi khusus—tempat di mana saja Anda dapat bekerja terus menerus. Dengan cara ini, energi akan punya kesempatan untuk berkembang, yang akan membuat cahaya Anda bekerja dengan lebih efektif. Jika Anda tinggal dengan orang lain, biarkan mereka tahu apa yang sedang Anda kerjakan, dan mereka juga memahami bahwa saat Anda sedang bermeditasi adalah saat yang tidak bisa diganggu. Anda juga mungkin senang bekerja di luar rumah. Menjadi apa adanya, adalah cara yang efektif untuk bekerja dengan cahaya. Sekali lagi, carilah tempat yang tidak dihampiri banyak orang, seperti halaman

atau taman. Bahkan saya mengendarai mobil untuk mencari lingkungan yang sepi dan melakukan meditasi di dalam mobil.

Sekali lagi, inti dari segala jenis meditasi adalah tenang dan singkirkanlah urusan dunia sehingga Anda dapat terhubung dengan sifat keilahian. Meditasi adalah cara untuk dapat lebih mendekatkan diri pada Tuhan. Dalam kegiatan sehari-hari, terasa sulit untuk merasakan keesaan Tuhan kecuali Anda dapat menghilangkan kegiatan keduniawian itu secara periodik. Suatu kali, saya mempunyai seorang murid yang mengatakan bahwa ia bermeditasi setiap hari, tetapi ia masih belum memperoleh ketenangan jiwa seperti yang diinginkannya. Saya pergi ke rumahnya, dan dia menunjukkan bagaimana cara dia bermeditasi. Sebelum memulai meditasi, ia membunyikan radio terlebih dahulu. Ia juga meletakkan telepon tepat di sebelah kanannya dan mengangkat telepon itu dua kali selama "meditasi." Ia pun sedang memasak makanan di atas kompor dan acapkali bangun untuk mengeceknya. Dengan kata lain, ia melakukan segala hal tetapi mau masuk ke keesaan Tuhan. Bagaimana cahaya dapat bekerja dengan efektif dengan cara seperti ini?

Meditasi Diri-yang-Lebih-Tinggi merupakan sebuah bentuk meditasi dan berdoa. Meditasi adalah upaya untuk memperoleh ketenangan dan berdoa adalah permohonan terhadap Tuhan—permohonan untuk cinta, penerangan, kepercayaan atau mengirim cahaya dan berdoa untuk orang lain. Dengan meditasi, Anda akan memperoleh ketenangan untuk menerima cahaya, dan Anda juga dapat memohon kepada Tuhan untuk memperoleh jenis cahaya yang dibutuhkan.

Waktu yang Anda butuhkan ketika pertama kali bekerja dengan cahaya adalah sepuluh hingga lima belas menit. Nyalakan sebuah lilin putih dan letakkan semangkuk air di sebelah lilin. Ini akan membantu untuk menetapkan vibrasi yang tepat dalam ruangan untuk pekerjaan Anda. Ada juga dapat menempatkan bunga-bunga di dekat Anda jika mau. Tak masalah jam berapa Anda melakukan meditasi. Saya suka bermeditasi pada pagi hari karena akan membantu untuk memulai hari saya bekerja. Bahkan saya menyarankan pemilihan beberapa pakaian yang akan Anda gunakan setiap kali melakukan meditasi, seperti jubah, karena dengan setiap meditasi, Anda menempatkan cahaya kedalam pakaian-pakaian tersebut. Dengan berlalunya waktu, begitu banyak cahaya yang akan diserap

oleh pakaian meditasi Anda sehingga Anda akan merasa *mood* untuk melakukan meditasi hanya karena memakai pakaian tersebut.

Enam langkah untuk melakukan meditasi Diri-yang-Lebih-Tinggi, yaitu:

1. Santai
2. Membuat perlindungan
3. Memeriksa pusat-pusat spiritual Anda
4. Hubungkan dengan Diri-yang-Lebih-Tinggi Anda
5. Turunkan Sinar-Cahaya
6. Leburkan Diri Anda

Langkah Pertama—Santai

Bersantailah untuk beberapa saat. Lupakan segala tuntutan duniawi dan kesenangan-kesenangan Anda. Jangan hiraukan apa yang terjadi di sekitar Anda. Kini Anda berada di tempat yang suci, di mana Anda sedang melakukan kontak dengan Kekuatan yang Lebih Tinggi (*the Higher Power*), dan Anda ingin melakukan kontak sejelas mungkin. Kondisi pasif dan santai ini bukanlah kondisi mengantuk, tetapi diam dan tidak tidur (terjaga).

Jika Anda sedih atau terganggu oleh sesuatu, pastikan dulu Anda menjadi tenang sebelum memulai bekerja dengan cahaya. Anda tidak ingin mulai bekerja dengan rasa marah atau terganggu. Istirahatlah dan berjalan-jalan atau pergi dengan mengendarai mobil, dan jangan pikirkan apa yang sedang mengganggu Anda. Apabila Anda mengalami masalah untuk bersantai, mulailah dengan bermain musik untuk menenangkan perasaan Anda. Anda juga dapat memulainya dengan mengambil napas dalam secara perlahan-lahan.

Langkah Kedua—Membuat Perlindungan

Ketika Anda melakukan meditasi dengan cara apapun, berarti Anda sedang menempatkan diri Anda dalam posisi yang sangat terbuka dan mau menerima. Perlindungan spiritual adalah penting di setiap tingkatan kehidupan dan menjadi berlipat ganda pentingnya ketika dalam kondisi bermeditasi. Ada sangat banyak kegiatan yang bisa dilakukan di dunia ini, ada banyak juga energi negatif yang datang pada Anda dari orang-

orang atau tempat-tempat yang dapat mempengaruhi Anda—jika Anda membolehkan pengaruh itu masuk, tentunya. Jadi, sebelum Anda mulai meditasi, pastikan untuk membuat cahaya perlindungan di sekelilling Anda.

Apabila Anda telah menemukan tempat untuk meditasi dan bisa bersantai, mulailah dengan menempatkan diri Anda pada sebuah gelembung cahaya. Untuk melakukan hal ini, berdirilah dan ulurkan tangan Anda dan bayangkan diri Anda dikelilingi oleh gelombang cahaya keemasan dalam jarak sekitar sepanjang tangan Anda dari tubuh. Gelembung cahaya ini semuanya mengitari Anda—dari arah depan, belakang, di atas, di bawah dan sisi-sisi samping Anda. Mimpikan ada tujuh aliran cahaya kehidupan yang mengelilingi Anda, dan menjaga Anda dalam perlindungan yang sempurna.

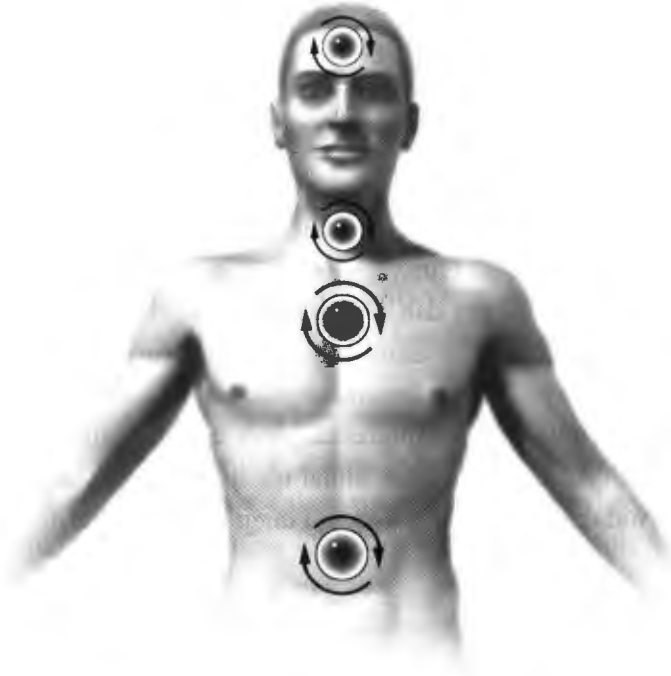
Begitu Anda merasa perlindungan terhadap diri Anda sudah mantap, maka Anda dapat memulai meditasi. Dengan berjalannya waktu, jika Anda melakukan meditasi secara konsisten, maka Anda akan membangun perlindungan yang sangat kuat, dan tidak perlu dalam posisi berdiri. Anda akan bisa memperkuat perlindungan Anda sambil duduk.

Langkah Ketiga—Memeriksa Pusat-pusat Spiritual Anda

Dalam bekerja dengan Cahaya Ilahi, Anda akan menerima cahaya dari Titik Diri-yang-Lebih-Tinggi keempat pusat spiritual, yaitu:

Pusat Mental *(The Mental Center)*
Pusat Kerongkongan *(The Throat Center)*
Pusat Hermetik *(The Hermetic Center)*
Pusat Emosional *(The Emotional Center)*

Keempat pusat ini akan menjadi titik fokus untuk menerima dan mendistribusikan cahaya di sepanjang kesadaran Anda. Bukan berarti bahwa pusat-pusat yang lain tidak berperan; mereka hanya tidak dirancang untuk menjadi tempat penerima dan pengirim, seperti halnya keempat pusat tersebut.

Ketika pusat-pusat bergerak dalam irama dan aliran yang pas, mereka pasti berputar dengan putaran *searah jarum jam* (lihat Gambar 4-2).

Gambar 4-2: **Berputar Searah Jarum Jam**

Bayangkan sebuah jam, tempelkan di dada Anda dengan bagian depan jam ke arah depan, jarum jamnya berputar dengan arah yang normal. Ini adalah gerakan searah putaran jarum jam. Jika pusat-pusat Anda bergerak berlawanan dengan arah putaran jarum jam, maka Anda dapat menjadi terbuka terhadap semua bentuk ketidakharmonisan, dan pusat-pusat akan membuat titik kontak yang lemah terhadap Cahaya Ilahi. Meskipun hanya satu pusat yang bergerak berlawanan dengan arah putaran jarum jam, namun ia dapat melepaskan diri dari yang lain. Mulailah dengan menempatkan tangan kanan Anda di atas tangan kiri, di atas pusat yang ingin Anda periksa. Mulailah dengan pusat emosional dan siapkan jalan Anda. Buatlah diri Anda menjadi setenang mungkin dan cobalah untuk dapat merasakan bagaimana pusat Anda bergerak. Jika Anda merasa bahwa pusat bergerak searah putaran jarum jam, maka gerakkan ke pusat yang berikutnya. Jika pusat itu mati, bayangkan cahaya putih murni masuk ke dalam pusat itu dan mengubah arahnya, gerakkan pusat itu searah dengan

putaran jarum jam. Lanjutkan hingga Anda sudah memeriksa keempat pusat spiritual tersebut.

Langkah Keempat—Hubungkan dengan Diri-yang-Lebih-Tinggi Anda

Sekarang Anda siap untuk membuat hubungan dengan cahaya. Untuk memulai meditasi dengan Diri-yang-Lebih-Tinggi, duduklah tegak lurus di kursi, lekukkan lengan dan lepaskan sepatu sehingga energi dapat mengalir dengan bebas (lihat Gambar 4-3). Selama meditasi, pertahankan tangan Anda pada posisi di pusat emosional, tangan kanan di atas tangan kiri, untuk membantu mempertentangkan energi ketika ia mengalir melalui tubuh Anda. Anda akan mulai meditasi dengan menempatkan perhatian Anda pada Diri-yang-Lebih-Tinggi Anda, 24 inci di atas kepala

Gambar 4-3: **Duduk Bermeditasi**

Anda. Dengan menempatkan perhatian kesadaran Anda pada titik ini, berarti Anda sedang membuat hubungan yang kuat dengan Diri-yang-Lebih-Tinggi Anda. Dengan cara ini, adalah sangat mungkin Anda merasakan kegembiraan, atau kesadaran Anda terhadap Diri-yang-Lebih-Tinggi semakin meningkat, tetapi pengalaman ini bukanlah prasyarat untuk melakukan meditasi yang efektif.

Apabila Anda sudah siap, mulailah lafalkan doa Anda. Doa ini menegaskan hubungan Anda dengan Diri-yang-Lebih-Tinggi Anda dan membantu Anda untuk mendapatkan kondisi yang diperlukan untuk mulai bekerja dengan cahaya.

Dalam bermeditasi, rasakan bahwa Anda berada dalam pengetahuan spiritual yang jelas, yaitu sebuah tempat penuh kedamaian, ketentraman, dan keselarasan. Pusat-pusat dalam tubuh Anda dapat dicemari, tetapi tidak demikian halnya dengan Diri-yang-Lebih-Tinggi ini. Anda telah menempatkan kesadaran di atas tingkatan kemanusiaan Anda; Anda telah masuk ke dalam bagian ketuhanan yang murni dari diri Anda.

Langkah Kelima—Turunkan Sinar Cahaya

Begitu Anda sudah membangun hubungan dengan Diri-yang-Lebih-Tinggi Anda, maka Anda dapat mengajukan permohonan cahaya secara verbal. Melafalkan dengan kata-kata adalah penting karena akan membantu Anda untuk tetap fokus, dan membuat Anda menjadi lebih aktif dalam pekerjaan ini. Anda kemudian akan dihubungkan dengan sinar cahaya tertentu untuk melakukan tugas khusus. Pengucapan doa dengan kata-kata adalah penegasan cahaya yang kuat, dan juga membawa ke arah nada spiritual melalui pusat kerongkongan Anda.

Dalam mendatangkan cahaya, kata kerja kunci yang akan Anda gunakan adalah menurunkan sinar. Cahaya Ilahi akan menurunkan cahaya dari dunia yang lebih tinggi ke aura Anda. Ingatlah, ini bukanlah pasokan spiritual yang datang dari dalam diri Anda; tapi ini adalah energi yang sedang Anda serap dari sumber yang ada di atas dan melebihi Anda.

Ketika Anda meminta energi yang diperlukan, pertama lihatlah bahwa energi sinar turun menuju titik Diri-yang-Lebih-Tinggi. Lihatlah warna energi yang sedang bekerja dengan menyentuh dan mengaktifkan titik ini. Dari titik Diri-yang-Lebih-Tinggi, bayangkan seberkas cahaya bergerak ke bawah menuju empat pusat spiritual yang sedang bekerja dengan Anda

(lihat Gambar 4-4), atau ke arah mana pun Anda menginginkan cahaya itu pergi. Ketika cahaya menyentuh setiap pusat spiritual, pertahankanlah cahaya tersebut sejenak untuk merasakan hubungan yang sedang terjadi, mengetahui bahwa pusat-pusat ini sedang menyala akibat kekuatan spiritual. Lihatlah pusat secara menyeluruh yang terisi dengan cahaya berwarna sesuai dengan yang Anda minta, dan dan sinar yang keluar sekitar satu kaki panjangnya ke segala arah. Kemudian mintalah kualitas keilahian tertentu yang Anda inginkan dibawa oleh cahaya kepada Anda.

Anda akan didatangi oleh cahaya dengan mengucapkan doa meditatif. Doa-doa yang Anda ucapkan memberikan arah ke mana Anda akan membawa cahaya tersebut. Ada tata nama untuk kerja cahaya, tetapi ketika Anda bekerja dengannya, maka ia akan datang pada Anda. Bekerja dengan cahaya akan menjadi sebuah seni selain juga latihan spiritual.

Ketika cahaya datang pada Anda, maka Anda akan merasakannya seperti aliran energi atau sebuah sensasi yang menggelikan. Anda mungkin merasakan panas, tergantung pada apa yang dilakukan dan derajat sensitifitas Anda. Sekalipun Anda tidak merasakan apa-apa, cahaya masih bekerja pada Anda. Akhirnya perasaan Anda akan menyatu dengan cahaya. Jika Anda merasakan perlawanan, jangan mendorongnya. Bersikaplah lemah lembut, dan teruskan hingga Anda merasa nyaman dengan kondisi tersebut. Apabila Anda bekerja dengan lebih dari satu energi, berikan jeda beberapa menit antara energi yang satu dengan lainnya agar setiap energi dapat menyelesaikan tugasnya dengan baik, sebelum energi berikutnya masuk.

Jika Anda tidak merasa yakin tentang sesuatu, mintalah pada Intelijen Keilahian untuk membimbing Anda. Jangan khawatir ia akan menyakiti Anda jika Anda memilih energi "yang salah." Terkadang, saya memohon seberkas sinar dan ternyata sinar yang datang sama sekali beda dengan yang dimaksud. Diri-yang-Lebih-Tinggi Anda sangat tahu apa yang Anda perlukan. Selalu mohonkan agar Anda dapat menerima cahaya "sesuai dengan derajat yang Anda butuhkan." Anda tidak dapat menerima cahaya yang berlebihan karena Diri-yang-Lebih-Tinggi mengamati bahwa Anda hanya mengambil sejumlah yang dapat Anda kendalikan, tetapi Anda benar-benar ingin berada dalam irama kerja cahaya, dan mengatakan ini sangat membantu. Selain itu, Anda ingin meminta agar cahaya menyentuh "ke semua tingkatan dari kesadaran." Dengan cara ini, cahaya dapat

diarahkan ke wilayah lain dari aura yang perlu dikembangkan, selain dari pusat-pusat spiritual yang ada.

Langkah Keenam— Leburkan Diri Anda

Setelah Anda menerima cahaya, tenanglah sebentar agar cahaya itu stabil. Dengan cara ini, Anda terlebur dalam cahaya. Anda tidak ingin untuk melompat secara tiba-tiba dan kembali ke hari-hari normal Anda. Ketika Anda merasa bahwa cahaya sudah stabil berada dalam diri Anda, mintalah agar ia menetap di setiap titik, yang ditutupi cahaya. Adalah gagasan yang baik untuk memohon bahwa sinar emas perlindungan mengelilingi cahaya yang baru saja Anda terima. Melalui meditasi Anda, Anda telah diberkati oleh energi cahaya yang paling mulia. Dan, Anda tidak ingin kehilangan cahaya itu. Sebagai penutup, ucapkan terima kasih kepada Kekuatan yang Lebih Tinggi untuk semua yang telah bekerja pada Anda, dan untuk menghargai semua yang telah Anda terima.

Begitu Anda merasa diri Anda sudah melebur, bangunlah dan kembalilah pada kegiatan Anda sehari-hari.

Gunakan Cahaya untuk Mempengaruhi Perubahan Yang Anda Inginkan

Kini Anda telah menyelesaikan enam langkah meditasi, menyelesaikan kerja dengan cahaya dengan menerapkan cahaya dalam kehidupan Anda. Adakalanya, meditasi dapat membuat perubahan yang Anda inginkan, tetapi Anda harus secara aktif menerapkan cahaya setelah Anda menerimanya. Anda tidak dapat mengharapkan perubahan akan datang hanya dengan melakukan kerja cahaya dan tidak menerapkan energi spiritual di manapun ia dibutuhkan. Kunci keseluruhan dari meditasi dengan cahaya adalah mengintegrasikan cahaya yang diterima ke dalam kehidupan aktif Anda. Jika rasa khawatir merupakan salah satu titik lemah Anda, maka Anda harus melakukan upaya atas persetujuan bersama tidak hanya untuk bekerja dengan cahaya, tetapi untuk menolak untuk memberikan kegelisahan, dan malahan mengungkapkan kepercayaan dan keyakinan spiritual. Dengan kerja cahaya, Anda akan melepaskan energi kegelisahan jauh lebih cepat. Tetapi jika Anda secara tetap kembali ke air-

air yang berlumpur, maka cahaya akan mempunyai efek positif yang kecil. Jika Anda benar-benar memutuskan untuk memperbaiki kesalahan maka Anda harus setia dengan komitmen itu. Anda harus melihatnya secara penuh. Demikian juga, apabila Anda membangun rasa percaya diri, Anda akan bekerja dengan banyak cahaya emas, tetapi kemudian ketika muncul kesempatan untuk menyatakan kepercayaan itu, Anda harus melakukannya. Melalui aplikasi yang berulang, Anda membangun kekuatan dalam aura Anda hingga ia menjadi bagian dari aura Anda yang setia. Jalur spiritual bukanlah melarikan diri dari tugas-tugas kehidupan, tetapi justru mengisinya. Ini merupakan peningkatan dari semua proses kehidupan. Cahaya memberi Anda banyak pancaran spiritual yang dibutuhkan, tetapi ini bukanlah bagian kecil dari bentangan spiritual. Tanpa memperhatikan bakat dan pengetahuan Anda, Anda masih harus melalui semua tahapan perkembangan. Pembukaan gudang spiritual Anda hanya membantu Anda mencapai tujuan dengan waktu yang lebih cepat.

Jadilah orang yang mau menerima, setelah Anda melakukan meditasi. Terkadang, cahaya bekerja untuk Anda dengan cara yang tidak Anda harapkan. Namun ada banyak kegembiraan dan kebebasan dalam proses. Begitu cahaya mulai bekerja dalam kehidupan Anda, Anda bisa melihat bahwa orang-orang yang Anda anggap sebagai teman adalah bukan benar-benar teman sama sekali. Anda akan memerlukan keberanian untuk memaafkan dan membiarkannya pergi, dan menerima teman-teman baru datang ke dalam kehidupan Anda. Atau, Anda mungkin menemukan bahwa Anda berada dalam pekerjaan yang salah, dan perlu mencari pekerjaan yang baru dan lebih baik. Anda ingin hal ini dapat diaplikasikan dan percaya pada cahaya. Ia akan selalu membawa Anda pada arah yang benar.

BAB

5

Penarikan Sinar yang Bertenaga

Alam penuh dengan karunia Tuhan. Mungkin hati Anda dapat tergetar menyaksikan kekayaan dan kemegahan Tuhan. Ada banyak jenis mahkluk fisik yang terdapat di alam—pohon, bunga, serangga, dan binatang. Bahkan cahaya fisik tidak hanya sebuah warna tetapi merupakan sejumlah berkas yang warna warni. Jenis-jenis makhluk yang sama mempunyai cahaya spiritual yang sesungguhnya. Ada banyak energi spiritual, dan masing-masing energi mempunyai tujuan tersendiri. Keragaman energi ini Anda butuhkan karena setiap sinar kekuatan membawa sifat spiritual yang berbeda, dan ada banyak sifat dari kehidupan spiritual yang ingin Anda tarik ke dalam diri Anda. Sepuluh sinar kekuatan yang digambarkan dalam bab ini mewakili sepuluh kualitas kehidupan spiritual yang berbeda, yang dapat Anda gabungkan ke dalam kehidupan fisik Anda. Energi-energi spiritual ini secara khusus dirancang untuk membantu Anda dalam pencarian spiritual.

Ketika Anda bekerja dengan berbagai sinar, lakukan yang terbaik untuk memvisualisasikan warna sinar yang bekerja. Jika Anda dapat benar-benar melihat kekuatan, itu sangat baik tetapi hal itu tidaklah perlu. Kemampuan Anda untuk menerima cahaya spiritual tidak akan berkurang jika Anda tidak melihat energi tersebut. Anda tidak perlu khawatir kalau tidak dapat melihat energi. Beberapa murid saya pernah menanyakan apakah mereka

benar-benar memperoleh energi, dan penasaran mengapa mereka tidak dapat melihat cahaya tersebut sementara orang lain bisa melihatnya. Keragu-raguan adalah hal yang kontraproduktif, karena sifat ini akan menghalangi jalan Anda untuk dapat menerima cahaya. Yang penting Anda tahu bahwa energi sedang mengalir pada diri Anda. Sinar-sinar kekuatan ini bukanlah sebuah fantasi, bukan latihan intelektual atau permainan imajinasi. Sinar-sinar tersebut adalah nyata. Anda benar-benar sedang menarik energi-energi ini ke dalam diri Anda, dan ketika Anda bekerja dengan energi ini, maka Anda akan masuk ke suatu ruang pemahaman.

Tugas dari sinar-sinar ini dapat tumpang tindih. Terkadang sinar cinta merah muda-mawar akan membersihkan energi negatif secara lebih efektif dibandingkan kobaran api merah-oranye. Di lain waktu, pancaran sinar keemasan lebih dominan dibandingkan dengan cahaya putih murni. Yang Anda perlukan adalah Diri-yang-Lebih-Tinggi Anda. Jika Anda meminta sebuah sinar tetapi ternyata sinar lain yang lebih cocok untuk Anda pada saat itu, maka Anda akan mendapatkan apa yang Anda inginkan.

Mengingatkan kembali bahwa sinar-sinar kekuatan ini tidak bekerja seperti cahaya fisik dalam arti bahwa sinar biru dan kuning akan menjadi hijau. Setiap sinar adalah sebuah kekuatan yang bekerja secara independen.

Doa meditatif mengiringi setiap sinar. Ini merupakan doa-doa umum yang dapat Anda gunakan kapan saja Anda memerlukan sinar-sinar kekuatan ini. Misalnya, jika Anda merasa gelisah, Anda dapat menggunakan doa meditasi untuk perdamaian guna menenangkan Anda. Dalam bab-bab selanjutnya, kita akan membahas berbagai cara untuk bekerja dengan cahaya dalam situasi tertentu, dan doa-doa meditatif individu yang bekerja dengan cahaya-cahaya tersebut.

Pembersihan

Sinar kekuatan yang digunakan untuk membersihkan atau menyucikan spiritual disebut kobaran api-merah-oranye. Cahaya ini dirancang khusus untuk membantu melepaskan kekuatan negatif di dalam aura. Energi yang dominan adalah oranye untuk pembersih, dan warna merah untuk pembersihan secara cepat dengan vitalitas yang besar. Kobaran api merah-oranye mensucikan dengan "membakar" energi negatif dalam aura. Sinar ini memecahkan energi yang merusak ke dalam substansi berbubuk halus

yang disebut atom-atom abu-abu dan hitam. Begitu terpisah, atom-atom tak seimbang dibawa ke gudang mineral, di mana mereka kemudian akan tersusun kembali dalam Cahaya Ilahi. Tidak ada yang hilang. Bahkan energi yang rusak didaur ulang kembali.

Pembersihan spiritual penting dalam mengembangkan aura Anda. Dalam kehidupan fisik, tubuh dapat membentuk banyak toksin dari berbagai macam sumber. Tubuh harus melepaskan toksin-toksin ini, karena kalau tidak maka tubuh akan menjadi tercemar, stres dan sakit. Dalam pembersihan spiritual, Anda perlu melepaskan toksin spiritual agar aura dapat bekerja dengan selayaknya. Toksin-toksin spiritual ini merupakan energi negatif yang Anda miliki dan Anda ciptakan. Beberapa energi masih tertinggal dalam aura, yang dapat mengganggu dan menghabiskan bidang energi secara keseluruhan. Untungnya, aura memiliki sistem menyusun diri sendiri yang bekerja pada siklus delapan jam untuk membersihkan bidang energi. Namun terkadang waktu ini tidak cukup.

Sebagai contoh, aura saya dalam bentuk terbaik karena tidak ada radiasi gelap di dalamnya. Kemudian saya berargumentasi dan saya meluapkan kemarahan yang cukup besar. Kemarahan ini akan mengubah aura saya, dan beberapa energi yang semula merupakan energi yang indah, akan berubah menjadi warna merah pudar. Saya telah mengotori aura dengan meluapkan emosi saya. Pada akhirnya memang radiasi negatif akan surut, tetapi hal ini akan membutuhkan waktu meskipun dengan menggunakan sistem pembersihan sendiri yang bekerja di sekitar aura. Selama dua minggu, atau selama saya dalam kondisi demikian maka saya akan rentan terhadap luapan marah dan energi negatif lainnya. Apabila diri saya dikuasai oleh emosi yang meledak-ledak, maka saya hanya akan membangun banyak energi negatif, yang akan menghalangi aliran aura yang alami. Jika saya tidak waspada, saya akan menarik jenis-jenis lain dari energi yang merusak, yang menyatu dengan permasalahan yang sangat berat. Hasilnya hanya dapat menimbulkan malapetaka dalam kehidupan saya, seperti ketegangan, kecelakaan, sakit dan berbagai masalah lainnya.

Kobaran api merah-oranye merupakan langkah awal dalam mempengaruhi perubahan. Jadi, Anda akan sering didatangi oleh cahaya ini. Pembersihan adalah sesuatu yang Anda butuhkan hampir setiap hari; barangkali tepat pada hari Anda meninggalkan dunia ini, Anda akan membersihkan diri sendiri. Selalu ada sesuatu yang ingin datang pada Anda,

dan Anda dapat menyerap energi-energi negatif ini tanpa sengaja. Dengan kobaran api merah-oranye, Anda tidak perlu khawatir. Energi ini dapat mengeluarkan Anda dari setiap belitan spiritual. Kobaran api merah-oranye adalah juga alat penting untuk melepaskan kekuatan energi negatif yang terakumulasi dari masa lalu. Anda akan sering menggunakan penggosok spiritual dalam melepaskan kebiasaan buruk dan berbagai kesalahan. Ini merupakan sinar dengan kekuatan yang luar biasa. Tanpa energi ini, orang tidak pernah dapat mengeluarkan energi negatif yang telah ia ciptakan.

Kekuatan Hidup Baru

Sinar yang memberikan kekuatan hidup baru adalah api kehidupan abadi berwarna putih-biru. Sinar ini sangat bertenaga dan terhubung dengan apa yang disebut "Nafas Tuhan." Ini merupakan salah satu energi tertinggi yang dapat Anda gunakan. Saya seringkali mengatakan jika Anda punya cukup waktu untuk menggunakan satu energi, maka gunakan api putih-biru. Ini merupakan energi yang melengkapi dan bertenaga yang memberikan kekuatan hidup baru pada kesadaran Anda. Ini merupakan energi yang spektakuler untuk dilihat. Warna yang dominan adalah biru safir menyala, hampir seperti nyala api biru dari kompor gas, dengan berkas pancaran sinar putih dan keperakan, yang menciptakan efek listrik. Sekali lagi, api ini lebih tampak seperti sebuah sinar daripada api sesungguhnya, tetapi ia bekerja pada Anda sungguh sebagai api yang memberikan kehidupan spiritual Sebenarnya ada tujuh sifat untuk sinar bertenaga ini, dan beberapa kali Anda dapat melihat sebuah kaleidoskop dari warna-warna yang bergerak dengan warna putih-biru. Karena alasan inilah mengapa sinar ini begitu bermanfaat.

Api putih dan biru akan sangat terkait dengan kobaran api merah-oranye. Setelah selesai membersihkan spiritual Anda, ikutilah selalu dengan api putih-biru. Setelah selesai menggunakan satu sinar, selanjutnya lengkapi dengan yang lain. Api putih-biru mempunyai kemampuan menjadi muda kembali yang menakjubkan, dan mengisi aura Anda, membuat energi-energi lain berasimilasi dengan lebih baik. Seperti mencabut gulma dari kebun saat Anda mempersiapkan tanah sebelum menanam bunga-bunga yang baru, sehingga benih-benih yang baru akan tumbuh dengan baik. Menggunakan api putih-biru adalah seperti memasang ubin pada tanah yang baru.

Selain dari kemampuan untuk mengisi kembali, api putih-biru mempunyai banyak aplikasi. Jika Anda depresi, api putih-biru dapat membantu Anda mengeluarkan depresi. Api putih-biru juga merupakan salah satu energi penyembuhan yang luar biasa. Ia membantu mempertahankan tubuh fisik Anda. Anda dapat melihat kekuatannya mengalir melalui organ-organ fisik dan aliran darah. Tanpa api putih-biru, tubuh fisik akan kehilangan vitalitasnya dan tidak dapat berfungsi dengan baik. Intinya, api putih biru merupakan bagian dari kekuatan hidup kosmis, yang mampu untuk menyembuhkan dan menyimpan kembali energi kehidupan kepada semua wilayah diri Anda.

Kebijaksanaan

Sinar yang memberikan kebijaksanaan dan penerangan adalah sinar cahaya kebijaksanaan berwarna keemasan. Ia muncul sebagai sinar keemasan yang cemerlang dan merupakan intisari dari kekuatan dinamis dari Tuhan. Anda akan menggunakan energi ini dalam jumlah besar dalam hubungannya dengan bimbingan Ilahi. Jika Anda ingin membuat suatu keputusan penting, maka bawalah keinginan ini ke dalam sinar cahaya kebijaksanaan keemasan, khususnya ke tubuh mental Anda, dan mintalah penerangan untuk membantu Anda membuat keputusan yang benar. Jika Anda orang yang plin-plan, maka sinar keemasan ini dapat membantu Anda menjadi lebih tegas.

Kebijaksanaan adalah salah satu sifat utama dari jiwa yang matang. Kata kebijaksanaan memperlihatkan pengetahuan dan wawasan spiritual, kekuatan karakter, dan sifat moral yang kuat. Orang yang bijaksana membuat keputusan dari ruang pemahamannya yang dalam. Ke-bijaksanaan spiritual merupakan hasil dari pengetahuan yang diaplikasikan dan bukan informasi yang terlatih dan terulangi. Seorang murid dapat mengingat beberapa prinsip spiritual tetapi hal ini tidak membuatnya bijaksana secara spiritual. Sebelum murid itu mampu mencerna pengetahuan dan memahaminya dengan baik, maka kebijaksanaan yang dibuatnya bukanlah kebijaksanaan yang sebenarnya. Ada pepatah lama mengatakan,"Anda mengetahui apa yang Anda ketahui bahwa Anda mengetahui." Untuk membangun kebijaksanaan yang sebenar-benarnya membutuhkan waktu. Itulah mengapa aura dengan warna utama keemasan di dalamnya merupakan salah satu aura tertinggi dari semuanya.

Ini menunjukkan bahwa jiwa yang hilang melalui pengalaman, pengujian dan percobaan yang tak terhingga, akan meraih kemenangan melalui penguasaan dan pengetahuan spiritual.

Cahaya keemasan merupakan cahaya paling dinamis dari semua sinar, dan Anda perlu mengungkapkan sifat dinamis Anda. Sangat berat untuk memperoleh sesuatu yang sempurna dalam dunia ini, khususnya sesuatu yang bersifat spiritual, tanpa energi yang dinamis.

Banyak orang dalam bekerja spiritual salah mengerti tentang sifat hidup yang dinamis. Mereka seringkali bingung dengan istilah dinamis secara spiritual dengan agresif secara kemanusiaan, akibatnya mereka semakin tidak bisa mengekspresikan sifat dinamis mereka. Sifat dinamis kehidupan adalah aspek "memberi"—yang merupakan pembangun dan inisiator kehidupan. Menjadi dinamis secara spiritual merupakan ciri keilahian yang bekerja di bawah arahan dari kemauan ilahi sehingga tindakan Anda berada akan selaras dengan hidup. Dengan cara ini, tindakan Anda tidak akan merusak ke yang lain. Ini merupakan situasi yang sama-sama menguntungkan *(win/win situation)*. Orang-orang yang aktif secara dinamis akan memancarkan cahaya keemasan yang indah. Sebaliknya, agresif merupakan sifat kemanusiaan yang murni, yang muncul sebagai kemauan kemanusiaan, mendorong apa yang ia inginkan tanpa memperhatikan bagaimana agresivitas itu mempengaruhi yang lain. Seringkali, tindakan agresif atau memaksa mempunyai pengaruh sebaliknya terhadap yang lain. Ini biasanya merupakan situasi yang dimenangkan oleh satu pihak saja *(win/lose situation)*. Selain memperoleh sinar keemasan yang diciptakan dari tindakan yang dinamis, orang yang pada lahirnya sudah agresif akan memancarkan energi merah marun yang suram.

Karena cahaya keemasan merupakan kekuatan yang dinamis, maka selain untuk membentuk kebijaksanaan dan penerangan, ia pun mempunyai beberapa aplikasi lainnya. Sinar keemasan akan datang untuk membangun kemauan yang dinamis, kepercayaan, keberanian, kekuatan ilahi, keyakinan, dan kekuatan dalam. Ini juga merupakan energi terbaik untuk perlindungan, bahkan lebih baik dari cahaya putih.

Cinta Spiritual

Warna merah muda mawar yang tajam adalah energi untuk memberikan cinta spiritual. Karena sinar keemasan membawa kebijaksanaan, kemauan

dan tindakan yang kuat, maka merah muda mawar yang tajam membawa cinta, kehalusan dan keramahan. Intinya adalah sifat magnetis dari Tuhan. Dalam dunia spiritual yang tinggi ini, pada dasarnya ada dua kekuatan yang bekerja—Pikiran Suci *(Divine Mind)* dan Inti Cinta Spiritual *(Heart of Spiritual Love)*. Cinta adalah ikatan yang mempersatukan alam semesta. Begitu Anda berada dalam kesatuan itu, maka Anda akan memiliki cinta untuk diri Anda sendiri dan keharuan terhadap orang lain, karena Anda akan dihubungkan dengan sumber cinta.

Sinar cinta merupakah salah satu energi yang paling mudah dirasakan. Ketika bekerja dengan sinar ini, Anda dapat merasakan kelembutannya. Seringkali ada perasaan bahagia ketika menggunakan sinar ini, dan orang-orang lebih sering melihat energi-energinya dibandingkan dengan yang lain. Sinar merah muda mawar yang tajam *(deep rose-pink)* dapat digunakan untuk menciptakan lingkungan yang penuh kasih sayang bagi diri Anda dan orang lain di sekitar Anda. Ia juga dapat bekerja sebagai energi penyembuhan yang luar biasa, jika Anda telah disakiti atau sedang merasa sendiri atau tidak dicintai. Ini merupakan energi yang penting untuk digunakan dalam memperbaiki hubungan, kemauan untuk memaafkan, meningkatkan kepercayaan dan pemahaman, dan mengurangi rasa egois. Ini merupakan penyembuh jiwa yang luar biasa, dan dapat menyembuhkan luka hati yang dalam.

Semua rasa takut, frustasi, kesepian dan kekhawatiran manusia dapat dilenyapkan dengan sinar cinta merah muda mawar yang tajam. Cinta Suci Ilahi *(the Divine Love)* membantu menginspirasikan sikap egois dalam kehidupan. Ini merupakan cinta tanpa syarat yang murni yang memberikan tanpa pikiran untuk kembali. Iini bukanlah cinta karena keinginan yang egois dan kepentingan sendiri; tetapi ini juga merupakan cinta pengorbanan, dan cinta melayani kemanusiaan. Cinta yang tinggi ini membawa cinta universal Tuhan, yang menyayangi semua ciptaannya secara seimbang dan tanpa syarat.

Kedamaian Ilahi

Sinar ungu yang tajam adalah sinar untuk memberikan kedamaian ilahi. Ada juga versi yang ramah, yang ditandai dengan warna-warna ungu. Sinar ungu yang tajam penting untuk menenangkan pikiran dan emosi. Tampaknya kata

yang paling sering digunakan di dunia saat ini adalah perdamaian. Banyak orang sedang meneriakkan perdamaian. Dalam dunia yang serba cepat dan menegangkan, di tengah-tengah angin puyuh, Anda perlu menenangkan kesadaran dan berkomunikasi dengan sifat ilahi dan Tuhan Anda. Satu-satunya cara untuk melakukan hal ini adalah kembali pada Tuhan untuk kedamaian Anda. Sinar ini menawarkan salah satu cara terbaik untuk membantu Anda melepaskan stres dan ketegangan dunia dan memperoleh ketenangan. Ia melepaskan setiap beban atau rasa sakit hati yang mendalam.

Ini adalah energi yang datang untuk memberikan Anda keheningan kudus, ketenangan spiritual. Ketika Anda berdamai dengan diri Anda, maka tidak akan ada konflik. Ada relaksasi dalam pemahaman tentang ketuhanan. Anda hanya dapat bersungguh-sungguh pada perdamaian spiritual ketika Anda berada dalam pemahaman tentang ketuhanan. Seseorang yang mempunyai banyak warna ungu dalam auranya sebenarnya adalah orang yang sangat maju. Karena orang itu telah sungguh-sungguh pasrah dan menyerahkan semuanya pada Tuhan.

Banyak orang mempertahankan kekhawatiran dan permasalahan mereka pada tingkatan tertentu sehingga tidak ada tempat bagi Tuhan untuk masuk ke dalam kehidupan mereka. Mereka membiarkan rasa stres membebani mereka sampai pada titik di mana rasa stres tersebut menggangu mekanisme dan fungsi dari organ tubuh Anda. Ketika seseorang sangat gelisah, maka auranya akan terpengaruh. Energi tidak mengalir sebagaimana seharusnya dan bentuk energinya menjadi bergerigi dan tidak teratur. Sinar ini dapat meluruskan bentuk sinar tersebut dalam aura. Ini sangat baik untuk menyejukkan syaraf. Jika Anda sedang bersedih hati, atau mempunyai pengalaman yang membuat Anda agak kaget, maka sinar ungu merupakan energi yang dapat membantu Anda melepaskan kesedihan itu.

Keseimbangan dan Keselarasan

Sinar yang bertenaga untuk memberikan keseimbangan dan keselarasan adalah sinar hijau emerald. Tanpa keselarasan dan pemusatan kesadaran, maka tidak akan ada yang bekerja dengan baik dalam kehidupan Anda. Semakin Anda hidup dalam arah yang lebih spiritual, maka hal-hal yang lebih mudah akan datang pada Anda. Sinar hijau emerald membantu

keseimbangan dan keselarasan dari semua aspek dalam kehidupan Anda, sehingga mereka bergerak secara perlahan. Dalam musik, keselarasan didefinisikan sebagai perpaduan dari dua atau lebih nada musik dalam melodi yang indah. Dengan cara yang sama, Anda ingin bagian-bagian yang berbeda dalam tubuh Anda dapat bergerak bersama-sama secara baik. Anda dapat menggunakan energi ini untuk membantu mempertahankan keseimbangan antara pikiran, tubuh dan jiwa.

Sinar hijau emerald sangat penting dalam kehidupan Anda sehari-hari. Energi ini membantu mempertahankan keseimbangan spiritual Anda, tak peduli rintangan apa yang sedang Anda hadapi. Jika Anda merasa tidak mempunyai arah dalam urusan keduniawian, panggillah energi ini untuk menyeimbangkan semuanya. Niscaya Anda mempunyai banyak hal yang terjadi pada saat yang sama dan perlu mempertahankan mereka agar bergerak dengan lembut. Barangkali kehidupan dalam rumah Anda baik, tetapi kehidupan profesional Anda kacau balau. Hubungan Anda dengan teman-teman Anda mungkin kuat tetapi tidak demikian halnya dengan keluarga Anda. Barangkali Anda menderita trauma yang menyebabkan kehidupan Anda tidak seimbang. Semua situasi ini memerlukan sinar hijau emerald. Seseorang yang hidupnya seimbang akan mampu mengatasi banyak hal secara mudah dan efisien. Hal-hal ekstrim akan lebih sedikit terjadi dalam hidupnya, dan ketika situasi ekstrim ini muncul, mereka akan lebih sedikit terkena efeknya.

Pusat Hermetik Anda adalah bagian utama yang memerlukan sinar ini, karena ada begitu banyak kegiatan dalam pusat ini yang berhubungan dengan dunia luar. Energi ini juga membantu untuk membalikkan gerakan melawan arah putaran jarum jam dalam aura.

Kecerdasan Ilahi

Seperti halnya cahaya keperakan dalam aura, maka sinar keperakan juga membawa kecerdasan ilahi. Kecerdasan berbeda dari kebijaksanaan yang sangat didasarkan pada persepsi. Banyak orang yang pintar tetapi tidak bijaksana. Namun, Anda perlu kecerdasan untuk bisa merasakan kebijaksanaan. Sinar keperakan bekerja keras pada tingkatan mental dari aura untuk mempercepat persepsi Anda ketika Anda tidak dapat memahami informasi-informasi yang ada.

Sinar ini mempercepat kemajuan. Sebagai contoh, Anda mempunyai sebuah transaksi bisnis yang nampaknya kurang lancar atau seret. Dalam hal ini, cukup jelas apa yang harus Anda lakukan, tetapi ada permasalahan lain. Kertas-kertas tidak juga ditandatangani, orang-orang pun tidak mau menjawab telepon Anda. Anda dapat memanggil sinar keperakan untuk mempercepat keseluruhan proses dan memecah stagnasi yang ada. Ini merupakan sinar pilihan ketika Anda memerlukan pendamping dalam rutinitas Anda, dalam menghadapi urusan sehari-hari. Sinar keperakan bekerja sangat baik dengan cahaya keemasan, kuning lemon dan putih. Ini membantu untuk meningkatkan efektifitas dari sinar-sinar lain juga, sehingga Anda menerima sinar-sinar tersebut dengan lebih mudah dalam aura. Anda juga dapat memanggil masuk sinar ini untuk membantu mendampingi Anda ketika Anda merasa tidak yakin sinar mana yang akan Anda gunakan dalam bermeditasi.

Seseorang yang sedang menggunakan kekuatan kecerdasan ilahi akan mempunyai pemahaman yang luar biasa dan dapat membuat suatu keputusan ketika menghadapi tantangan dan masalah yang muncul dalam hidup. Apakah Anda memperhatikan, bagaimana orang-orang tertentu mampu mengatasi tekanan dengan sangat baik, membuat keputusan yang jelas dan benar? Mereka ini adalah orang-orang yang sangat dekat dengan sifat Tuhan dari kekuatan ini, disadari atau tidak.

Konsentrasi

Sinar kuning lemon membawa kekuatan konsentrasi yang luar biasa. Jika Anda sedang belajar untuk menghadapi suatu ujian atau sedang mencoba untuk menguasai sebuah permasalahan, maka sinar ini penting untuk digunakan. Sinar ini akan memberikan Anda kemampuan untuk memfokuskan permasalahan tanpa gangguan. Ketika Anda membangun kekuatan ini, maka Anda akan merangsang kemampuan Anda untuk belajar dan meningkatkan kesenangan dalam belajar. Jika Anda perlu menghilangkan kelesuan mental, maka sinar ini juga dapat digunakan. Meskipun bukan energi mental yang utama, tetapi sinar ini dapat digunakan dalam aura untuk membantu memantapkan vibrasi.

Sinar kuning lemon penting untuk membuat seseorang memiliki kewaskitaan yang terlatih. Ketika saya sedang mengembangkan kewaskitaan

saya, saya membutuhkan waktu sembilan bulan hanya untuk bekerja dengan penuh konsentrasi, untuk menempatkan diri saya pada tingkatan yang saya butuhkan guna mengembangkan kekuatan yang berkesinambungan. Sulit untuk mempertahankan persepsi kewaskitaan untuk setiap jangka waktu. Tanpa tingkatan konsentrasi ini, saya tidak akan dapat mempertahankan visi spiritual saya selama masa kuliah—termasuk kemampuan saya membaca berbagai aura.

Kemakmuran

Sinar hijau biru adalah energi spiritual kemakmuran dan kondisi yang sangat berkecukupan. Warnanya adalah hijau kebiruan, sangat mirip dengan bayangan kebiru-biruan dari batu hijau biru (*turquoise*). Jika Anda percaya bahwa Anda memiliki kekurangan pada kesadaran spiritual kemakmuran, maka dengan energi inilah Anda bekerja. Sinar kekuatan ini secara khusus dirancang untuk membantu Anda membangun kesadaran dan mengalirkan kekayaan yang tak terbatas. Dalam kehidupan fisik, seringkali ada kecenderungan untuk membatasi diri seseorang. Sinar ini dapat membantu Anda keluar dari kesadaran pembatasan yang terkotak-kotak dan sempit dan memperluas horizon Anda. Dengan sinar kekuatan ini, Anda akan melangkah ke dalam aliran cahaya yang diperluas. Energi ini akan bekerja dengan baik khususnya dalam Pusat Hermetik untuk menggandakan dan memperkuat kondisi positif dari kehidupan Anda. Ini dapat membantu Anda untuk menciptakan peluang memperoleh uang lebih banyak, juga menarik teman, ide-ide, dan asisten dalam membangun kondisi baru yang lebih segar.

Sebagaimana akan dibahas dalam Bab 8, kesadaran akan kemakmuran adalah salah satu sifat alami dan pembawaan jiwa Anda sejak lahir. Anda mempunyai kekuatan untuk menciptakan kemakmuran. Untuk mengekspresikan berkah kecukupan, maka Anda perlu memelihara dan mengembangkan kualitas bakat yang Anda miliki sejak lahir. Jika Anda merasa kurang dalam sumber daya fisik, maka berarti bahwa wilayah ini telah terputus dari warisan spiritual Anda. Energi hijau biru tidak seimbang dalam aura Anda. Untuk membangun kemakmuran Anda, Anda harus sering menarik energi ini. Anda juga harus berpikir, berbicara, dan merasakan makmur. Penting bagi Anda untuk dapat merasakan energi

ini. Anda perlu *untuk merasa kaya* guna membentuk pikiran itu ke dalam kesadaran Anda. Tubuh emosional Anda perlu merasakan kekayaan spiritual ini, tak peduli apakah kemampuan keuangan Anda sesuai atau tidak.

Jika Anda berada dalam kegentingan dalam segi finansial, Anda dapat menggunakan sinar ini untuk membantu meningkatkan pendapatan. Jika Anda merasa cemas dengan keuangan secara umum, Anda dapat menggunakan sinar ini membantu membangun kesadaran spiritual yang lebih tentang uang. Dengan cara ini, keyakinan dan pemahaman akan membantu Anda melewati waktu-waktu yang sulit secara finansial. Jika Anda benar-benar menyadari kemakmuran yang Anda miliki, maka tidak menjadi masalah berapa besar kemakmuran yang ada, karena Anda terhubung secara langsung dengan kemakmuran itu dan mengetahui bahwa Anda selalu mendapat apa yang Anda perlukan.

Cahaya Putih Murni

Cahaya putih murni adalah energi indah yang menguntungkan dan bersifat meningkatkan. Cahaya ini membawa esensi dari Tuhan. Ia mempunyai kemampuan luar biasa untuk mengubah energi negatif. Jika Anda telah melakukan sesuatu, maka Anda tahu itu adalah salah, dan Anda ingin memanggil energi ini untuk membantu jiwa Anda, mengeluarkan energi gelap yang telah Anda ciptakan, dan menyembuhkan setiap luka yang mungkin telah Anda buat terhadap orang lain. Tak masalah betapa dalam lubang yang membuat Anda terperosok ke dalamnya. Cahaya putih dapat mengeluarkan Anda dari setiap kondisi yang tidak menguntungkan. Sinar ini sangat terkait dengan kemampuan Anda menaiki tangga evolusioner. Cahaya putih murni akan membawa Anda ke dalam kemurnian dan kesucian dari pengalaman Tuhan, yang secara normal tidak akan ada dalam arena kemanusiaan. Ia dapat mengatasi konfrontasi yang ada dalam sebuah hubungan, dan membantu mengeluarkan Anda dari energi yang abrasif itu. Cahaya ini penting untuk mempertahankan energi yang bergerak ke tingkatan yang lebih tinggi. Ia merupakan salah satu dari energi-energi utama yang digunakan untuk mengembangkan kewaskitaan. Cahaya putih murni juga merupakan cahaya pembawa penerangan dan kesenangan atau suka ria, khususnya ketika Anda hanya meminta penerangan dari energi spiritual

yang murni. Ia mempunyai kemakmuran yang protektif juga, dan bekerja baik dengan cahaya perlindungan yang berwarna keemasan.

Seperti halnya kobaran api merah-oranye, cahaya putih murni juga dapat melepaskan energi, tetapi terutama yang berfokus pada pelepasan energi-energi negatif. Anda dapat melepas atau mengubah energi negatif. Dengan melepaskan energi negatif, Anda berarti sedang memulihkan energi yang tercemar ke esensi Ketuhanannya. Energi ini seperti layaknya sel-sel tubuh. Beberapa sel dibuang ketika sudah tua dan sudah melebihi batas penggunaan; sedangkan sel yang lain disusun kembali karena mereka masih bermanfaat dan dapat dipulihkan, meskipun beberapa kotoran telah mencemari mereka.

Cara Kerja Energi

Pada awalnya, bekerja dengan sinar-sinar ini mungkin memerlukan sedikit pembiasaan. Anda harus familiar dengan proses keseluruhan, juga nyaman dengan aliran energi yang lebih besar yang akan Anda terima. Namun, begitu Anda masuk ke dalam irama cahaya, maka ia akan cepat menjadi sifat yang kedua. Apa yang sebenarnya Anda lakukan dalam meditasi Diri-yang-Lebih-Tinggi adalah mengikuti jalan alami cahaya dalam mencapai jiwa Anda. Dengan bekerja secara sadar, bekerja sama dengan proses alami ini, maka Anda benar-benar dapat meningkatkan kekuatan spiritual yang Anda terima.

Keterampilan seniman yang sangat bagus membentang ketika Anda memasuki irama kerja dari cahaya. Pada awalnya, mengucapkan kata-kata akan merasa seperti sebuah hafalan, tetapi akhirnya kata-kata tersebut akan terasa seperti jiwa Anda yang mengekspresikanya sendiri. Tatanama dari kerja cahaya akan menjadi bahasa suci Anda sendiri, dan Anda akan mencari bentuk dan keindahan ekspresi Anda sendiri. Juga akan memberikan waktu kepada Anda untuk terbiasa dengan getaran cahaya yang lebih besar yang akan Anda terima. Getaran ini dosisnya akan rendah di awal hingga Anda menyesuaikan diri dengan tingkat kegiatan aktifitas spiritual Anda yang baru.

Dalam proses transformasi diri Anda, pada dasarnya cahaya melakukan 3/4 pekerjaan sedangkan 1/4-nya adalah kerja keras Anda. Tiga perempat pekerjaan ini memerlukan proses pengiriman cahaya yang ruwet, yang tidak memerlukan konsentrasi Anda. Bagian Anda adalah melakukan

meditasi spiritual dan mempertahankan diri Anda agar tetap kuat dan menyeimbangkan saluran cahaya. Anda tidak bisa bekerja dengan cahaya setiap hari hingga malam hari. Saya mempunyai murid yang mengatakan bahwa mereka memutuskan untuk tidak bekerja dengan cahaya karena terlalu banyak upaya yang harus dilakukan. Seperti yang mereka katakan, "Jika harapan-harapan merupakan kuda maka kemudian peminta-minta dapat mengendarainya!" Anda harus melakukan yang terbaik untuk menjadi contoh dari apa yang Anda harapkan.

Orang-orang menanyakan pada saya berapa banyak meditasi yang dibutuhkan untuk membersihkan sesuatu dari aura. Ini merupakan pertanyaan yang banyak diajukan, dan jawabannya tergantung pada beberapa faktor. Pertama, berapa dalamkah situasi yang terjadi? Kejengkelan yang baru terjadi akan dapat cepat dibersihkan dibandingkan dengan kemarahan yang terjadi dalam jangka lama. Faktor-faktor yang lain adalah penentuan individu. Pendekatan yang kurang bersemangat terhadap kerja cahaya akan sangat tidak efektif dibandingkan pendekatan yang terkonsentrasi. Barangkali rintangan terbesar adalah unsur mengerjakan kejahatan. Dalam dunia yang sempurna, bahkan energi yang paling kacau pun dapat dibersihkan dalam waktu yang relatif singkat. Namun dalam prakteknya, hampir selalu ada efek maju mundur. Proses cahaya mulai, tetapi kemudian sesuatu menghidupkan kembali kondisi yang negatif, dan proses cahaya harus mulai lagi. Ini dapat berlangsung untuk beberapa waktu sebelum menemukan momentum kerja cahaya yang dapat memberikan hasil yang positif.

Bayangkan kerja cahaya seperti menuangkan air bersih ke dalam sebuah cangkir yang terisi dengan air kotor. Jika Anda terus menuangkan air bersih, akhirnya semua air kotor akan hilang, dan yang tinggal hanya air bersih. Secara umum, energi negatif yang terisolasi dalam aura yang belum mendapatkan momentum, dapat dibersihkan dalam lima hingga sepuluh meditasi yang efektif.

Pengaruh Proses Cahaya

Umumnya proses meditasi merupakan katalis untuk perubahan. Proses ini dapat meningkatkan gerakan awal dari energi spiritual yang memulai proses transformasi. Ia seperti bola salju mini yang menggelinding ke bawah bukit salju. Ia meningkatkan momentum dan tumbuh menjadi

semakin besar dan lebih besar. Kerja cahaya adalah seperti menerima gelindingan bola.

Tujuan awal cahaya adalah pusat-pusat energi. Cahaya turun dari Diri-yang-Lebih-Tinggi *(the Higher Self)* menuju tingkatan yang kita butuhkan, dan seperti itulah pekerjaan yang dilakukan oleh cahaya. Ketika proses ini selesai, maka ia akan mundur dan kembali ke sumber pancarannya. Selama proses ini, cahaya tertahan dalam pusat energi di mana ia muncul sebagai pancaran yang aktif. Pancaran-pancaran inilah yang dapat benar-benar membantu mengejar gelindingan bola. (lihat Gambar 5-1). Itulah sebabnya mengapa penggunaan cahaya yang Anda terima menjadi hal yang kritis, karena kalau tidak tepat maka cahaya tersebut akan menjadi kabur.

Seiring waktu dan upaya yang dilakukan terus menerus, aura menerima sinar dan vibrasi yang seluruhnya baru dengan meditasi Diri-yang-Lebih-Tinggi. Sebuah contoh yang paling dramatis dari proses ini dapat terlihat pada seorang wanita yang berkonsultasi dengan saya, sebelum saya mulai mengajar secara purna waktu. Saya bekerja pada perusahaan asuransi pada saat itu, dan ia bekerja pada departemen saya. Saya tidak mengatakan pada orang-orang bahwa saya dapat melihat aura. Namun, karena saya dapat melihat permasalahan, saya mencoba menolong orang dengan cara tidak langsung, atau kadang-kadang mengajari beberapa prinsip kepada teman yang benar-benar membutuhkan dan terbuka terhadap gagasan-gagasan. Saya harus berhati-hati ketika saya melakukan hal ini pada saat sebelum gagasan metafisika diterima mereka seperti saat ini.

Saya dapat melihat dalam aura perempuan ini bahwa ia sedang menghadapi masalah. Suatu hari, saya menanyakan dengan cara santai apakah sesuatu sedang mengganggunya, dan ia menceritakan pada saya permasalahannya. Setelah tiga belas tahun pernikahannya, suaminya meninggalkannya dengan enam anak yang masih membutuhkan perawatan. Mereka menikah ketika usianya masih tujuh belas tahun, dan sekarang usianya hampir 30 tahun dan memiliki enam orang anak. Karena begitu terguncang dengan keadaan ini, iapun mengalami depresi yang serius.

Depresinya terlihat jelas dalam auranya (lihat Gambar 5-2). Pusat mentalnya berputar berlawanan dengan arah jarum jam, dan disana ada energi berwarna krem mengitarinya, yang menandakan kebingungan secara

mental. Selain itu, ada awan kelabu di atas kepalanya, yang menunjukkan kegelisahan yang cukup sering. Sinar seperti kipas pada semua pusatnya berwarna abu-abu, yaitu warna yang menunjukkan perasaan dan pikiran yang tertekan. Ia juga mempunyai radiasi aktif berwarna biru gelap yang memancar dari Pusat Hermetiknya, yang menunjukkan sikap murung dan mengalami penderitaan. Kemajuan dari pusat emosionalnya ditunjukkan dari pancaran aktif berwarna hijau alpukat, yang menunjukkan bahwa ia sedang berusaha untuk melihat apa yang dapat ia lepaskan dari pekerjaan dan kehidupan pribadinya.

Sinar kobaran api merah-oranye dan putih biru digunakan untuk mengurangi depresi dan asumsi-asumsi yang bersifat pesimistik seperti pikiran bahwa ia tidak akan mendapatkan cinta yang lain. Cahaya hijau emerald memberikan keseimbangan karena kepergian suaminya telah menyebabkan ia goncang dan bingung. Warna merah muda mawar yang tajam diperlukan untuk meningkatkan harga dirinya. Hal ini barangkali merupakan bagian terberat bagi dirinya. Rasa sakit hati yang lebih besar ketimbang rasa marahnya terhadap suaminya menyebabkan ia merasa bahwa tak seorang pun akan menginginkannya lagi. Faktanya, wanita ini masih muda dan atraktif, dan tidak ada alasan bahwa ia tidak akan jatuh cinta dan menikah lagi. Dia selalu menjawab, "Siapa yang menginginkan saya, janda dengan enam orang anak?"

Setelah sekitar delapan bulan dari ia memulai semua proses ini, auranya terlihat membaik. Awan gelap dan wilayah buram sama sekali hilang. Tubuh mentalnya tajam dan jelas. Sebagai pengganti dari awan kelabu, sekarang ada titik cahaya berlian keperakan, yang menegaskan perkembangan yang kekuatan persepsinya yang lebih tajam. Energi berbentuk seperti kipas yang berwarna kuning lemon yang datang dari pusat mentalnya, menunjukkan pikiran yang terfokus dan selalu waspada. Pusat Hermetiknya mempunyai sinar berbentuk kipas yang berwarna hijau emerald, yang menggambarkan keseimbangan dan keselarasan yang telah ia capai dalam hidupnya. Ada pancaran aktif biru terang yang indah datang dari pusat ini juga, yang menyatakan dedikasi dan kesetiaannya pada anak-anaknya. Bagian emosionalnya juga dalam bentuk yang bagus. Ada energi berbentuk kipas berwarna merah muda/merah jambu yang indah, yang datang dari pusat emosinya yang mengekspresikan kehidupan cintanya yang baru. Ada juga pancaran aktif biru terang di pusatnya, yang

menunjukkan ketabahannya dan kualitas emosi yang stabil. Secara keseluruhan penampilan dalam hidupnya ditandai dengan energi yang lebih berwana merah jambu.

Suatu hari ia sedang makan siang, saya melihat bayangan seorang laki-laki dalam wilayah auranya. Saya tidak dapat melihat gambaran laki-laki itu secara spesifik, tetapi secara intuitif dirasakan bahwa ini adalah laki-laki yang akan ditemuinya suatu hari, seseorang yang potensial menjadi suaminya. Ketika saya mengatakan padanya bahwa ia akan bertemu seseorang dalam waktu dekat, ia masih ragu-ragu. Setelah ia dapat melihat betapa bagusnya bentuk auranya, maka ia tidak mau menanyakan hal itu lagi pada saya.

Sebelum sebulan berlalu, ia menerima undangan untuk reuni di sekolah menengahnya. Ia pun pergi ke sana dan siapa yang ia temui? Ia berjumpa dengan kekasihnya semasa di SMA. Orang itu sudah menikah, ayah dari dua anak, dan namun sudah bercerai. Rupanya keduanya masih saling tertarik satu sama lain. Sebulan kemudian, ia menikahi laki-laki itu, dengan dihadiri oleh keenam anaknya dan dua anak dari suaminya. Anak perempuannya yang terkecil menjadi gadis pembawa bunga! Pengalaman ini juga mempunyai pengaruh yang amat besar pada saya. Membantu wanita itu menandai dimulainya karir mengajar saya, dan selanjutnya, wanita ini terus mengatakan pada orang-orang yang mempunyai masalah, "Datanglah pada Barbara; ia tahu sesuatu!" Dengan dorongannya, saya mulai melakukan beberapa kegiatan mengajar tentang metafisika publik yang pertama.

Mengembangkan Sudut Pandang Spiritual

Satu poin terakhir yang saya ingin tekankan kembali adalah pentingnya bekerja dengan cahaya dari sudut pandang spiritual. Ingatlah bahwa hidup bekerja dari dalam ke luar. Apapun yang kita alami dalam kehidupan fisik merupakan penciptaan pertama pada dunia spiritual. Itulah sebabnya mengapa aura datang pertama kali dalam proses yang luar biasa. Apa yang seringkali menghalangi pembukaan spiritual kita dan mengurangi efektifitas dari hubungan kita dengan cahaya adalah bahwa kita melihat hidup dari sudut pandang fisik. Bahkan ketika berkaitan dengan masalah-masalah spiritual, umumnya pengetahuan dan pemahaman kita dirasakan

dan diinterpretasikan melalui kelima panca indera kita. Saya telah melihat aura yang digambarkan sebagai bidang elektromagnetik, seolah-olah ini hanya sebuah radiasi cahaya. Melakukan hal ini adalah hal yang biasa, karena kita merasa nyaman dan lebih akrab dengan pengalaman dan lingkungan fisik kita.

Cahaya spiritual dan aura akan mempunyai sedikit makna jika memandangnya secara ketat dari sudut fisik, karena Cahaya Tuhan bukanlah dunia yang bersifat fisik. Ia dapat mempengaruhi dunia fisik tetapi cahaya adalah bagian dari dunia spiritual, atau sesuatu di dalam diri kita. Meskipun dunia spiritual dan fisik merupakan bagian dari kehidupan secara keseluruhan, dalam prakteknya mereka bekerja dengan cara yang sangat berbeda.

Dunia spiritual adalah dunia yang kreatif, atau dunia yang orisinal. Ia adalah dunia Tuhan. Apapun yang kita lihat secara fisik disusun dan berasal dari dunia spiritual. Jadi dimensi spiritual sudah ada sebelum dunia fisik. Ia berasal dari sumber Ketuhanan yang kita ambil dari cahaya dan aura muncul dan dirasakan dalam dunia spiritual. Karena dunia spiritual adalah dunia yang orisinal, maka ia tidak tergantung pada kehidupan fisik untuk keberlangsungannya: kehidupannya tidak bergantung pada kehadiran fisik.

Selain menjadikan kita kreatif, dunia spiritual juga dapat mempertahankan hidup. Ia mempertahankan seluruh kehidupan di Bumi, termasuk manusia. Tanpa kekuatan Tuhan yang memegang kesatuan ini bersama, semua mahluk akan hilang secara seketika. Oleh karena itu, dunia spiritual berada dalam kondisi penerimaan yang tetap. Tuhan secara sukarela mencurahkan kehidupannya sehingga yang lain ikut serta, yang menempatkan kita dalam kontak yang tetap dan akrab dengan sumber kemanusiaan kita. Ada kegembiraan yang besar dalam proses ini karena dalam pemberiannya ada penciptaan. Sifat pemberian yang kreatif adalah esensi dari karakter spiritual kita juga. Ketika kita berpikir secara spiritual, maka kita selalu kreatif, orisinal dan dalam kondisi pemberian yang tidak mementingkan diri sendiri.

Pada sisi lain, dunia fisik adalah dunia yang diciptakan. Ia merupakan hasil tindakan kreatif yang berasal dari dunia spiritual. Ia tidak mempunyai kekuatan sendiri. Tanpa dunia spiritual yang memelihara dan menjaganya, maka dunia fisik tidak dapat memelihara bentuknya dan akan kembali ke sumber pancarannya. Oleh karenanya, dunia fisik merupakan kondisi

penerimaan yang konstan. Dalam menerima kehidupan dari dunia spiritual, zat dari dunia fisik adalah teratur dan terjaga. Sehingga sifat dari kehidupan fisik adalah untuk menerima. Ketika spirit ingin memberi, maka zat ingin menerima. Dunia fisik akan mencari dan memasukkan ke dalam dirinya, semua yang dapat mempertahankan dirinya, dan akan menolak setiap gagasan yang bertujuan untuk mencapai tujuan itu. Kondisinya adalah ia selalu mencari untuk mempertahankan dirinya. Dengan cara ini, rasa egois diwariskan. Ini tergantung pada kekuatan memegang untuk menyelamatkan diri. Hal yang sama juga terjadi pada kita. Jika kita berpikir hanya secara fisik, kita akan selalu berpandangan sempit, egois dan tidak mempunyai pemahaman yang benar dari apa yang kita lakukan terhadap sesama manusia.

Rahasia pemahaman terhadap aura kita terletak pada pengakuan bahwa kehidupan adalah spiritual yang pertama, kemudian memahami bahwa di atas semua itu, kita merupakan mahkluk spiritual. Ini berarti bahwa sifat-sifat yang sama yang diaplikasikan pada dunia spiritual juga diaplikasikan pada kita. Kemudian, karakter spiritual kita merupakan esensi dari siapa kita. Ini merupakan inti dari kemanusiaan kita, diri kita yang sebenarnya (yang nyata). Dan semua kualitas spiritual yang kita kagumi adalah sudah merupakan sifat dasar kita yang benar.

Satu-satunya alasan kita tidak secara otomatis menyadari sifat dasar ketuhanan adalah bahwa kita ada dalam proses pembukaan spiritual. Pembukaan ini merupakan bagian dari rancangan kita. Sifat-sifat ketuhanan dalam diri kita merupakan kekuatan *potensial*, yang menunggu untuk dikembangkan. Dan ketika kita mengembangkan kekuatan-kekuatan ini, mereka menjadi semakin ada dalam kehidupan aktif kita. Jika kehidupan kita tidak segera merefleksikan esensi spiritual dalam diri kita, ini hanya karena kita belum mengembangkan kualitas laten tersebut.

Bagian dari esensi spiritual kita yang membentang adalah apa yang kita sebut jiwa. Jiwa seperti sebuah benih yang ditanam di tanah. Sebuah benih mulai muncul sebagai sesuatu yang kecil. Namun semua potensi untuk perkembangan menjadi sebuah mawar yang indah atau pohon oak yang kuat sudah dimilikinya. Yang dibutuhkan adalah unsur-unsur yang tepat di mana ia tumbuh: udara, air, matahari dan bumi. Biji, jika mendapat makanan yang cukup dan tidak diganggu, pasti akan menjadi bunga atau pohon yang bagus. Dalam cara yang sama, jiwa manusia adalah seperti

sebuah benih yang ditanam Tuhan dalam kebun penciptaannya. Semua potensi untuk mewujudkan sifat ketuhanan sudah ada dalam inti jiwa. Untuk mewujudkan potensi itu, maka jiwa harus memulai perjalanan ziarah melalui ciptaan di mana ia tumbuh, yang akhirnya membuatnya kembali pada jalannya pada Tuhan. Dan seperti tanaman yang membutuhkan air, jiwa juga membutuhkan makanan spiritual dari Cahaya Ilahi untuk tumbuh.

Jadi, untuk mengubah sesuatu secara efektif, kita harus mulai dari dasar spiritual, meskipun ini kelihatannya tidak berhubungan dengan permasalahan fisik. Dengan bekerja dari perspektif spiritual, kita dapat memperbaiki apapun. Permasalahan, kerusakan karakter dan berbagai dilema, yang kita hadapi di bumi ini adalah akibat dari tidak terhubungnya kita dengan akar kehidupan ketuhanan. Perbaiki hubungan itu dan kita akan dapat mengatasi permasalahan.

BAGIAN

Tiga

Membuka Kekuatan Spiritual

BAB
6

Bagaimana Mengubah Kondisi Mental dan Emosional

Pikiran dan emosi merupakan wilayah yang sangat penting untuk memulai transformasi aura Anda. Anda akan menemukan bahwa masalah terbesar dalam kehidupan adalah mengatur pikiran yang keliru atau emosi tersembunyi yang terdapat dalam alam sadar Anda. Dalam konteks ini, sebagian besar permasalahan di dunia saat ini dapat ditelusuri dari perasaan dan pikiran yang keliru. Dengan bekerja pada bidang ini, Anda akan meningkatkan tanpa batas aura Anda dan menghilangkan berbagai stres yang ada dalam diri Anda.

Kondisi mental/emosi negatif tidak akan berlangsung selamanya. Anda dapat mengubah kondisi negatif yang Anda miliki apabila Anda menginginkannya. Bukanlah suatu permasalahan jika pikiran atau emosi begitu menguasai diri Anda atau menjadi bagian Anda dalam jangka waktu yang lama. Sebab, keadaan negatif ini bukanlah kondisi spiritual sebenarnya yang Anda miliki, karena kondisi itu dapat berubah. Dalam situasi yang sama, Anda harus mengontrol reaksi Anda untuk keluar dari situasi tersebut. Tidak seorang pun dapat memberitahu Anda bagaimana untuk berpikir atau merasakan, kecuali bila Anda mengijinkannya. Namun, ini merupakan kenyataan dilakukan oleh banyak orang. Mereka mengijinkan

orang lain terlibat dalam kehidupan mereka dan memikirkan mengapa mereka mempunyai masalah.

Untungnya, penggunaan Cahaya Keilahian sangat efektif untuk menstransformasikan kondisi mental dan emosional, dan menghilangkan energi negatif dari pusatnya. Jika Anda berhati-hati dan tidak menciptakan kembali berbagai kondisi negatif, maka Anda akan terbebas dari segala bentuk yang bersifat destruktif. Cahaya tersebut juga dapat membantu Anda untuk membangun kekuatan spiritual baru yang lebih bertahan lama, termasuk juga energi positif dalam tingkatan pikiran dan perasaan.

Langkah pertama dalam upaya Anda melakukan proses tranformasi adalah mengakui bahwa bagian spiritual Anda sungguh-sungguh dituntun oleh kekuatan yang berada di belakang seluruh pikiran dan perasaan. Jika Anda mencoba untuk memisahkan berbagai pikiran dan emosi dari landasan spiritual mereka, maka Anda akan menciptakan emosi dan pikiran yang keliru. Hal ini hanya akan memunculkan masalah baru, dan Anda tidak akan pernah mendapatkan jawaban yang Anda cari. Anda mungkin mengetahui masalahnya, tetapi tidak selalu sesuai cara mengatasinya, sebab Anda tidak menghubungkannya dengan sumber daya yang benar-benar dapat membantu.

Berbagai pikiran dan emosi mempunyai kekuatan yang besar dalam wilayah aura. Mereka bersama-sama memainkan peranan penting dalam menyelaraskan perubahan yang harmonis. Bagian mental dan emosional juga mempunyai fluktuasi terbesar dalam aura. Ini menggambarkan kondisi sesungguhnya, karena Anda selalu dalam kondisi berpikir tentang segala sesuatu. Ketika Anda mengubah kecenderungan pikiran Anda, maka warna-warna energi Anda berubah, dan ketika Anda bereaksi terhadap pikiran Anda secara emosional, maka warna-warna emosional Anda juga berubah. Gagasan yang muncul dari pemikiran yang tidak jernih adalah ibarat monyet-monyet yang berlarian kesana-kemari dalam kandangnya. Ini benar-benar tampak dalam aura—kacau balau dan tidak teratur. Sudah tentu, emosi akan memberikan reaksi sesuai dengan kondisi itu.

Dalam bekerja dengan pikiran dan emosi, tanamkan prinsip berikut dalam pusat pikiran Anda; prinsip ini menggambarkan hubungan operasi yang paling penting antara sifat mental dan emosi Anda. Prinsip ini selalu ada dalam tindakan. Dengan memahami hal itu, Anda akan memiliki pedoman untuk menciptakan keselarasan antara mental dan emosional

yang Anda inginkan. Prinsip ini dapat dituliskan secara sederhana, sebagai berikut:

Pikirkan → Rasakan → Kerjakan

Pertama Anda memahami sesuatu secara mental, kemudian Anda mempunyai tanggapan emosional terhadap apa yang ada dalam pikiran Anda tersebut. Berdasarkan reaksi tersebut, Anda melakukan tindakan. Ini adalah serangkaian kegiatan yang begitu sederhana, namun seringkali hubungan antartindakan itu membingungkan—dengan hasil yang membahayakan.

Dalam konteks spiritual, bagian mental dari diri Anda adalah pengatur kesadaran. Ini adalah bagian yang berperan menuntun emosi Anda. Emosi yang merupakan bagian perasaan dari diri Anda adalah sebagai pelaku kesadaran. Emosi tidak terjadi begitu saja, harus ada pikiran yang melatarbelakanginya. Pertama, saya harus berpikir bahwa "Saya mencintai ini" atau "Saya membenci ini" yang menjadi dasar bagi saya untuk memberikan reaksi terhadap pikiran itu secara emosional. Dari reaksi emosional ini kemudian muncul tindakan.

Pikiran – Dalam Kesatuan Surgawi

Dalam Perjanjian Baru, ketika berhadapan dengan kaum Farasi pada saat Kerajaan Allah akan datang, Jesus mengajukan pertanyaan yang tidak diharapkan kepada mereka: "Kerajaan Allah datang tanpa dengan observasi... untuk melihat, Kerajaan Allah berada dalam dirimu" (Lukas 17: 20). Pernyataan ini dapat diinterpretasikan secara berbeda. Dalam hal tertentu, itu dapat berarti pengakuan Tuhan itu ada atau adanya pertanda keilahian. Dalam hal yang lain, hal itu berarti lebih melihat ke dalam diri dibandingkan ke luar diri untuk melakukan perubahan. Semuanya merupakan interprestasi yang menggembirakan, tetapi dalam memahami pikiran, pernyataan ini mempunyai relevansi yang sangat penting.

Dalam metafisika, tubuh mental kita merupakan kerajaan dalam diri. Ia merupakan kubah-raja, kubah yang menjadi kepala yang menaungi pikiran-pikiran kita. Bagian mental kita adalah bagian tertinggi dari kesadaran kita. Ia menghubungkan Diri-yang-Lebih-Tinggi yang suci *(the Higher Divine Self)* dengan sisi manusiawi yang lebih rendah *(the lower*

human self) kita. Tubuh mental merupakan faktor yang menentukan dalam proses perubahan kita, apakah kita akan berkembang ke Diri-yang-Lebih-Tinggi yang suci atau tetap dalam kerendahan diri.

Bagaimana kita berpikir mengatur istirahat untuk kita sendiri. Jadi, tempat pertama untuk melakukan perubahan dalam kehidupan kita adalah dalam pikiran kita. Jika kita tahu *bagaimana* kita berpikir, kita mungkin tahu bagaimana untuk hidup. Pikiran adalah pembangun. Kita membayangkan, merencanakan, dan menciptakan segalanya dalam kehidupan kita dari pikiran pertama. Pikiran menciptakan dunia tempat kita hidup dan setiap aspek dari alam kita. Kejadian di alam ini adalah ide keilahian, sebelum hal itu menjadi kenyataan secara fisik. Jadi, melalui perencanaan ulang pikiran kita dapat merencanakan ulang setiap bagian dari kehidupan kita. Tanpa pikiran, kita seperti amuba. Itulah mengapa, kita harus menjaga pikiran tetap tajam dan tidak menjadi tumpul. Pikiran adalah lebih dari sekadar aktivitas elektrik di otak. Mereka merupakan entitas yang hidup dengan energi yang melatarbelakanginya.

Pikiran adalah sesuatu yang nyata seperti tubuh fisik kita. Namun pikiran lebih nyata, sebab ia lebih mempunyai cukup ruang untuk bergerak. Terutama apabila kita mengijinkan pikiran untuk masuk ke dalam kesadaran kita dan menjadi bagian dari kita. Seperti yang telah kita lihat, pikiran yang cemerlang dapat membawa pancaran cahaya mahkota permata. Bentuk auranya berkilauan dengan mahkota berwana mutiara gemerlap dan begitu indah. Dan sebaliknya, pikiran yang gelap memberikan bentuk yang menyeramkan, karena ada penyempitan dan penyumbatan dalam wilayah aura.

Faktanya, masih banyak diantara kita yang merasa bingung dengan pikiran sendiri. Bahkan ketika kita merasa bahwa sesuatu sudah jelas, tetap saja ada rasa bingung atau mengambang. Kunci untuk menghadapi pikiran negatif adalah mengingat bahwa hal itu merupakan pikiran yang diciptakan (bukan pikiran yang sebenarnya tetapi hanya buatan). Pikiran negatif tercipta pada suatu waktu, di suatu tempat di mana kita mengalami sesuatu, tetapi itu bukanlah bagian dari sifat kita yang sebenarnya. Terkadang kita terbelenggu dengan persepsi yang keliru, sehingga menimbulkan pikiran yang gelap dan membiarkan pikiran itu untuk menguasai diri kita.

Berpikir adalah tahap pertama dalam proses Memikirkan—Merasakan—Mengerjakan. Pikiran selalu mendahului tindakan. Sebagian

orang mencoba untuk membalik proses ini dengan menempatkan emosi mereka terlebih dulu. Bahkan, ketika kita "bertindak tanpa berpikir" kita masih harus memberikan ijin terlebih dulu pada mental kita untuk melakukan hal itu. Jadi, tetap pikiran yang mendahului tindakan kita, bahkan ketika kita menuruti emosi kita yang meledak-ledak. Mengabaikan prinsip dapat membuat sesuatu menjadi berantakan dan membiarkan pikiran kita diatur oleh emosi, yang seharusnya terjadi sebaliknya.

Dalam bahasa metafisika, pikiran kita mempunyai tiga tingkatan, yaitu: pikiran keilahian tertinggi *(higher divine mind)*, pikiran yang disadari *(the conscious mind)*, dan pikiran di bawah sadar *(the subconscious mind)*. Ketika kita menginginkan perubahan, berarti kita menggunakan pikiran yang kita sadari. Pikiran yang disadari merupakan pikiran intelektual kita. Fokus kekuatannya adalah di pusat mental. Pikiran yang disadari merupakan bagian dari kita yang memberi pertimbangan terhadap sesuatu. Ia mempunyai kekuatan untuk menerima atau menolak berbagai gagasan yang muncul dari pikiran kita. Pikiran yang disadari merupakan bagian dari kita yang melatih kemauan bebas kita dengan membuat berbagai pilihan yang kita sadari konsekuensinya. Anda dapat membaca buku ini dan menolak atau menerima berbagai ide yang telah disampaikan. Anda bebas menentukan pilihan tanpa dipengaruhi oleh orang lain. Dengan Anda menerima atau menolak gagasan tersebut, maka Anda sedang mengubah atau memperkuat persepsi Anda, dan ini menjadi pengalaman dalam kehidupan Anda.

Kata *sadar* mempunyai makna sangat penting. Hal ini mengindikasikan kemampuan untuk menjadi sadar diri. Kita harus sadar diri untuk membuat pilihan-pilihan yang disadari. Binatang membuat pilihan-pilihan, tetapi mereka melakukannya berdasarkan insting. Meskipun begitu mereka mampu mengembangkan kapasitas untuk kesadaran diri mereka. Kita juga mempunyai pikiran bawah sadar, tetapi sudah tentu, kita tidak sadar diri terhadap pikiran bawah sadar kita, kecuali kalau kita membawa sesuatu dari pikiran bawah sadar kita kepada pikiran sadar kita. Kita mempunyai tingkatan insting yang cukup baik, tetapi instink ini masih dikuasai oleh pikiran sadar kita.

Tuhan memberi kita kemampuan untuk memilih dengan mempelajari perbedaan antara yang benar dan salah, untuk membedakan sesuatu yang terang dan gelap. Kita belajar bagaimana merangkul pikiran terang yang

menguatkan tubuh mental, dan kita juga belajar bagaimana menolak pikiran dan energi negatif. Sudah tentu, garis-garis aura masih tampak kabur, hingga kita sungguh-sungguh mempelajari pelajaran ini. Seringkali kita menerima ide negatif dan menolak ide bagus, kemudian melakukan sesuai dengan situasi itu, maka yang kita ciptakan sebenarnya bukanlah yang kita sukai. Biasanya, melalui upaya uji coba, kita mulai belajar tentang perbedaan.

Ketika tubuh mental menjadi lebih terang, maka tenaga spiritual dapat membuat dirinya sendiri menjadi lebih mudah. Cahayanya menjadi luas, dan menciptakan pancaran warna dan berkas cahaya. Keindahan dari pikiran ini terletak pada kemudahannya. Ada kejelasan, ketegaran dan inspirasi yang sebenarnya dalam pikiran yang terang. Ini merupakan tujuan dari pikiran kita. Ingatlah ketika Anda berada dalam tingkatan mental yang begitu jernih, dan betapa semua hal yang Anda lakukan memberikan hasil yang baik. Tampaknya semua berlangsung dengan mudah, bukan? Itulah kondisi dasar yang seharusnya Anda miliki.

Umumnya kita menghalangi pikiran sadar kita dengan sejumlah hal yang sesungguhnya tidak diperlukan, atau berupaya melakukan sesuatu yang tidak sesuai dengan kapasitas pikiran sadar kita. Dalam kondisi demikian, pikiran sadar menjadi berwarna dan terkondisikan untuk berpikir dalam jalur yang telah ditetapkan, dan putaran yang tertutup. Asuhan atau didikan, lingkungan, dan kecenderungan mental kitalah yang menciptakan situasi tersebut. Ketika tubuh mental terbebani dengan pikiran negatif, semakin sulit bagi Cahaya Ilahi untuk masuk dalam jiwa kita. Anda menjadi bingung, dan semakin sulit untuk memperoleh pikiran yang terang.

Pikiran dan Energi Spiritual

Abraham Lincoln suatu saat pernah berkata, "Rakyat umumnya bahagia dengan apa yang terjadi apabila itu sesuai dengan yang diinginkannya." Dengan kata lain *Anda menciptakan sendiri tolok ukur* tentang apa yang ingin dan tidak ingin Anda kerjakan, dan Anda mengerjakan hal itu melalui proses pemikiran. Anda harus mengakui hal itu, apapun yang Anda pikirkan, Anda dapat selalu mengubah pikiran itu bila Anda menginginkannya. Andalah yang mengatur pikiran Anda! Jika Anda

melepaskan kontrol itu, maka Anda harus menggapainya kembali. Kemudian abaikan setiap pikiran negatif dan konsentrasikan pada hal-hal yang positif yang harus Anda miliki. Jika Anda terus membawa perasaan tidak suka pada seseorang dalam pikiran Anda, maka Anda pasti tidak mau memulai meditasi dengan segala hal yang tidak Anda sukai dari orang tersebut. Anda perlu membebaskan diri Anda dari rasa benci itu. Atau lebih baik, lihatlah diri sendiri di tempat spiritual kasih sayang, di mana tidak ditemukan kebencian.

Anda akan bekerja dengan banyak kobaran merah-oranye. Pancaran kekuatan ini tidak hanya dapat melenyapkan pikiran negatif, namun juga menghilangan kabut energi negatif yang mengelilingi Anda. Anda dapat bekerja dengan kobaran merah-oranye untuk membebaskan dari pikiran yang destruktif atau untuk melakukan pembersihan mental dengan melakukan meditasi.

Dalam bermeditasi, rasakan dan resapi kobaran sinar yang masuk ke dalam pusat tubuh mental Anda dan pancaran yang keluar melewati seluruh bagian mental Anda, berenang dalam kobaran cahaya dan membuang segala energi negatif. Jika Anda dapat memvisualisasikan atau mengaktualisasikan proses yang terjadi, akan sangat bagus sekali. Rasakan dan resapi atom abu-abu dan hitam yang terlepas dari diri Anda seolah-olah Anda berada dalam sebuah sauna dan keringat sedang mengalir dari tubuh Anda. Kemudian lihatlah semua atom itu masuk ke gudang mineral, terlarut dalam cahaya dan selamanya menyingkir dari kesadaran Anda.

Dari pusat mental, biarkan cahaya menerangi pusat tenggorokan, pusat Hermetik, dan pusat emosional Anda untuk menghilangkan segala sesuatu yang mengganggu. Biarkan cahaya itu memenuhi dan mengaktifkan pusat-pusat lainnya, sehingga melarutkan setiap energi negatif dalam mineral keilahian.

Anda akan terkejut karena banyaknya energi negatif yang berada di dalam tubuh dan betapa menyenangkan kalau hal itu sudah disingkirkan. Anda tidak perlu mengubah atau membenarkan apapun. Jika itu adalah energi yang negatif, maka tentu Anda ingin menyingkirkannya dari kehidupan Anda. Ketika sinar merah-oranye sedang melepaskan pikiran negatif, maka imajinasi dan emosi yang muncul pun tidak diduga-duga. Ini semua bagian dari proses pembebasan dan berarti bahwa cahaya sedang melakukan pekerjaannya. Lihatlah imajinasi ini seolah-olah mereka adalah

sebuah film yang sedang Anda tonton. Akuilah keberadaan mereka apa adanya, namun jangan beri mereka kekuatan. Jika Anda merasa terinspirasi, Anda dapat menyebutkan pikiran tertentu yang muncul yang ingin Anda lepaskan. Dan niatkan untuk membebaskan diri dari pikiran-pikiran yang ingin Anda singkirkan itu.

Upaya pembersihan mental ini dapat memberikan keyakinan, dan membebaskan Anda dari aliran pikiran yang negatif. Inilah saatnya untuk menyerahkan kesemuanya kepada Cahaya Keilahian, kepada altar Tuhan. Anda mungkin menerima ilham yang Anda sendiri tidak harapkan. Sudah tentu, bagian dari diri Anda yang sudah lebih dulu terbentuk akan berjuang melawan pikiran gelap, tidak sekadar membiarkan pikiran negatif itu hilang.

Sebelum melakukan proses pengisian kembali, ada baiknya memperhatikan lagi pikiran negatif secara lebih seksama.

Kebingungan

Kata ini berarti "bercampur bersama". Pikiran bingung muncul apabila ada dua atau lebih pikiran saling bersaing berebut perhatian dan keunggulan. Anda barangkali berkata pada diri sendiri bahwa Anda menginginkan sesuatu dan pada saat yang bersamaan Anda juga berkata pada diri sendiri bahwa yang diinginkan itu tidak baik bagi Anda. Konflik pikiran ini menimbulkan kebingungan di dalam pikiran Anda, dan hasilnya adalah tidak adanya tindakan. Kebingungan menunjukkan di dalam sebagian besar aura dipenuhi energi berwarna krem yang serupa sampai ke warna cokelat yang menunjukkan pikiran yang lemah.

Ilusi

Ilusi adalah ide atau persepsi yang Anda terima seperti suatu kenyataan, meskipun sebenarnya hal itu tidak nyata. Pada beberapa hal, kita semua mempunyai ilusi tentang sesuatu. Seringkali, kita tidak menyadari bahwa kita berada dalam alam ilusi. Apabila Anda membayangkan seseorang memakai baju merah, berarti Anda berada dalam tahap menghayal. Anda dapat menghayalkan orang tua, teman, hal yang disayangi, atau diri Anda sendiri. Apabila Anda terlalu banyak berkhayal dan ternyata tidak menjadi kenyataan dapat menimbulkan rasa kecewa dan ketidakpuasan. Meskipun demikian, bagian keindahan dari kerja spiritual adalah melepaskan ilusi-ilusi ini dan masuk ke dalam kondisi yang lebih nyata.

Delusi

Delusi mirip dengan ilusi, tetapi lebih mendalam dan mempunyai maksud tertentu. Anda menipu diri sendiri karena tidak ingin menghadapi sesuatu, dan memilih untuk menghindarinya. Bisa jadi Anda berada dalam kondisi delusi, manakala Anda menganggap bagus pekerjaan yang Anda lakukan, sedangkan orang lain mengatakan sebaliknya. Atau mungkin Anda menipu diri sendiri dengan berpikiran Anda mempunyai talenta atau kemampuan yang besar, padahal kenyataannya tidaklah demikian.

Imajinasi yang Menumpuk

Jika Anda memiliki dua imajinasi, tempatkan salah satunya di atas yang lainnya dan lihatlah keduanya, Anda mungkin akan melihat keduanya tercampur aduk saling mengacaukan. Ini adalah contoh imajinasi yang tercampur aduk. Saya, misalnya, mempunyai imajinasi yang cukup indah tentang sesuatu. Kemudian Anda datang dan mengatakan selera saya buruk sekali. Apabila saya menerima imajinasi Anda, maka sekarang saya mempunyai konflik dengan imajinasi yang telah saya miliki. Imajinasi tumpang tindih biasanya datang dari pihak luar, dibandingkan yang muncul dari dalam diri sendiri.

Gambaran Tidak Utuh

Di sini Anda memutar-mutar sesuatu sehingga mengubah bentuk yang sebenarnya, menciptakan skenario yang hanya mempunyai gambaran sedikit atau tidak berhubungan dengan kenyataan sebenarnya. Orang-orang paranoid biasanya cenderung mempunyai gambaran yang tidak utuh terhadap sesuatu hal, menggambarkan situasi normal sebagai hari bencana.

Gambaran Terbalik

Maksudnya disini adalah memahami sesuatu yang nyata sebagai kebalikannya, seperti misalnya "tamak adalah bagus" atau "salah adalah benar". Orang yang mempunyai pikiran terbalik mempunyai penggambaran tidak utuh yang begitu ekstrim. Pemikiran seperti ini bisa membahayakan. Anda melihat seorang teman menjadi sebagai musuh. Sering ditamsilkan bagaimana setan diumpamakan sering memasuki imajinasi agar menjadi berlawanan, sebagaimana dalam pentagram terbalik

dan palang terbalik. Ini bukanlah kecelakaan, tetapi lebih merupakan upaya yang sengaja dilakukan untuk membalikkan hukum-hukum alam untuk tujuan yang tidak wajar.

Serangan-serangan terhadap Mental

Serangan-serangan ini merupakan pikiran dari dunia luar yang masuk ke dalam diri Anda. Ini bisa dari orang yang mempunyai pikiran negatif terhadap Anda, diketahui atau tidak diketahui. Yang jadi masalah adalah Anda tidak selalu mengetahui kapan serangan tersebut akan datang. Anda mungkin percaya "berada di bawah tekanan" ketika Anda benar-benar sedang diserang. Itulah sebabnya mengapa pertahanan spiritual begitu penting (lihat Bab 11).

Pengaruh yang Menimpa

Apabila Anda mendapatkan serangan di mana saja dan kapan saja, maka pengaruh yang menimpa Anda lebih bersifat spesifik. Serangan itu mendatangi Anda layaknya pisau belati, tajam dan menancap, mengganggu Aura Anda. Beberapa orang mempunyai pikiran yang tajam, dan Anda dapat merasakan hal itu. Pengaruh yang Anda alami itu bukanlah hal yang umum terjadi seperti halnya serangan terhadap mental yang telah dijelaskan sebelumnya, namun ia tetap perlu diwaspadai.

Begitu Anda menyelesaikan permurnian Anda, masukkanlah api putih biru. Energi ini akan mengisi kembali wilayah-wilayah yang hilang tertimpa energi negatif, dan bertindak seperti lahan spiritual baru, yang menyediakan ruang untuk tumbuh kembangnya berbagai ide dan pikiran segar.

Selama bermeditasi, berikan waktu yang cukup bagi kobaran api putih biru untuk masuk ke dalam diri Anda. Anda mungkin merasa ada yang berubah dan merasa lebih baik pada saat melakukan hal ini. Sekali lagi, rasakan dan resapi energi yang keluar dari pusat mental ini ke seluruh arah, mengisi dan mengisi kembali seluruh tingkatan bagian mental dan pancarannya keluar melalui sel-sel otak, menunjukkan adanya kekuatan hidup baru.

Lihatlah bahwa aliran elektrik kekuatan hidup memercikkan arus kehidupan keilahian yang baru ke dalam seluruh aspek dari mental Anda. Sekali lagi, biarkan ia menyentuh pusat-pusat yang lain juga.

Begitu Anda mengisi kembali diri Anda dengan kobaran putih biru, Anda dapat memulai proses membangun diri. Cahaya yang bekerja adalah perak, kuning lemon, emas, dan putih cemerlang. Perak membawa kekuatan besar untuk persepsi dan pemikiran cepat. Kuning lemon membawa kekuatan untuk konsentrasi, khususnya jika terjadi disorientasi atau adanya kelemahan. Warna emas membawa kearifan baru, kekuatan dari dalam, dan kualitas dinamis lainnya yang diperlukan. Putih cemerlang sangat bagus untuk menaikkan frekuensi getaran untuk meningkatkan kekuatan iluminasi dan visi.

Setelah melakukan meditasi, perhatikan kecenderungan pikiran Anda. Apakah pikiran Anda menjadi lebih positif, atau apakah Anda merasa masih sama saja? Lanjutkan upaya yang telah Anda lakukan dengan tindakan positif untuk membangun pikiran yang konstruktif dan penuh dengan ide baru, berikan kesempatan bagi cahaya yang telah Anda dapat untuk mengungkapkannya dalam setiap bidang kehidupan Anda.

Emosi - Penggerak Spiritual

Emosi adalah mesin pendorong yang menggerakkan suatu gagasan menjadi suatu tindakan. Begitu emosi menyatu dengan ide, maka ide pun menjadi bertenaga besar yang mampu menggerakkannya menjadi sebuah tindakan. Untuk mewujudkan segala sesuatunya menjadi tindakan, kita perlu mengkombinasikan pemikiran dan emosi. Misalnya, saya bermimpi menjadi artis atau dokter, tetapi tanpa saya mempunyai emosi yang kuat untuk mewujudkan mimpi itu, maka tidak mungkin hal itu akan terwujud. Dalam beberapa hal emosi mirip seperti serbuk mesiu, dan pikiran sebagai pelurunya. Apabila senapan itu tidak mempunyai daya tembak, maka peluru pun akan tetap diam dalam selongsongnya, betapa pun kuatnya kita menarik dan menekan pelatuknya. Pikiranlah yang merancang rencana tentang apa yang akan diciptakan, tetapi kemudian emosilah yang akan membawa energi untuk merealisasikan rancangan itu.

Tidak selalu mudah untuk menyeimbangkan emosi dengan pikiran. Kita cenderung condong ke salah satu bagian. Mereka yang terlalu condong ke mental biasanya lebih terpelajar (memiliki intelektual lebih), dan akan lebih banyak membayangkan dibandingkan dengan yang mereka ciptakan. "Si pelaku" adalah sebutan bagi mereka yang terlalu condong pada

emosional. Mereka seringkali mempersulit diri sendiri, karena mereka melakukan sesuatu tanpa berpikir terlebih dahulu. Seimbangkan keduanya dengan cara yang positif, sehingga kita menjadi mantap, terfokus, dan dinamis.

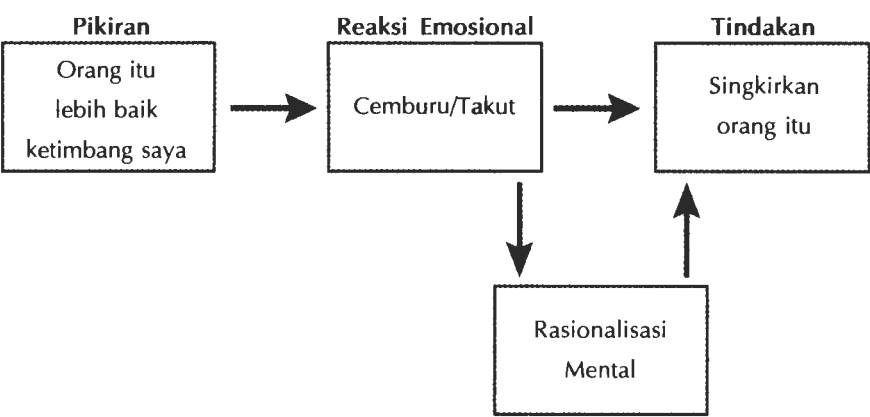
Kita memerlukan keseimbangan dari kedua hal itu sebab *emosi tidak berpikir*. Inilah hal penting dari emosi yang perlu diingat. Emosi berkaitan dengan *perasaan*. Emosi perlu pikiran untuk memandunya. Apakah Anda dapat memahami seseorang yang sedang marah? Tentu saja tidak, sebab orang tersebut pada saat itu tidak bertindak berdasarkan pikirannya. Anda perlu mendekati orang tersebut dengan bijaksana, dengan penuh cinta. Biarkan orang itu menenangkan diri, sehingga pikirannya kembali bekerja, setelah itu baru Anda dapat berkomunikasi.

Emosi kita adalah alat untuk mengaliri ombak cinta yang bersih, keharuan, kekuatan dari dalam, dan semua yang bernilai tinggi dari kehidupan. Dalam konteks ini, bagian emosi dari aura kita memancarkan cahaya yang menakjubkan. Ketika kita berada dalam tingkat emosi yang tinggi, kita menjadi begitu ekspresif. Namun, seperti yang kita ketahui, seringkali kita mengisi diri kita dengan kebencian, rasa cemburu, ketakutan, dan menampung emosi yang tidak sehat. Ketika kita berada dalam kondisi penuh kegelapan ini, aura kita pun menjadi gelap dan tertekan, dan berbagai energi bergerak keluar dengan cara berputar tidak beraturan.

Kita harus melakukan tindakan untuk membuang emosi negatif. Kita tidak dapat hanya sekadar berkata, "Saya tidak marah," misalnya, ketika mencoba meredakan amarah. Kita harus membebaskan diri sendiri dari kemarahan itu, sebab amarah akan menjadi pemicu bagi lainnya, tinggal menunggu kesempatan untuk meledak. Sebagaimana halnya dengan pikiran, Cahaya keilahian dapat mencapai ke tempat emosi negatif dan mengusirnya.

Biasanya ketika kita berpikir bahwa kita menjalankan segalanya berdasarkan pikiran kita, padahal kenyataannya kita bertindak lebih banyak berdasarkan emosi kita. Dalam kondisi seperti ini, berarti kita akan menuju kepada keputusan yang salah atau tindakan yang keliru. Banyak orang yang hidup dengan mengedepankan emosinya dibandingkan mentalnya, dan membiarkan emosi mengatur pikirannya. Apabila kita mengambil keputusan hanya berdasarkan emosi, hal itu seperti melemparkan diri kita

sendiri ke angin. Justru kita sendiri yang tertiup, padahal kita perlu keputusan untuk melakukannya atau tidak.

Misalnya, saya seorang manajer di suatu perusahaan, dan saya memutuskan untuk memecat salah seorang bawahan saya. Saya memiliki beberapa alasan yang masuk akal mengapa saya harus melakukan itu, dan tidak akan menyesal dengan keputusan yang telah saya buat. Namun, setelah melakukan pengujian, baru saya sadari bahwa kinerja pekerjaan yang menjadi alasan pemecatan bukanlah masalah sebenarnya. Yang benar adalah saya dilanda cemburu. Meskipun termasuk baru dalam menangani pekerjaan itu, orang yang ingin saya pecat menunjukkan potensi yang besar, dan saya takut kalau nanti atasan saya mengetahui betapa bagus kinerja orang ini, maka ia dapat dipromosikan lebih tinggi dari saya. Jadi, dengan mengeluarkan orang itu, maka posisi saya tidak lagi terancam. Karena saya menolak untuk mengakui bahwa saya cemburu, maka saya harus bisa mengajukan alasan yang lebih masuk akal untuk memecatnya, yaitu sesuatu yang saya yakini benar merupakan kesalahannya. Saya pun memeriksa dengan seksama kinerjanya, untuk melihat—dan membesar-kan—kesalahan-kesalahan kecil. Walaupun kekuatan yang menggerakkan tindakan saya itu adalah rasa cemburu, namun saya sangat yakin bahwa itu adalah pilihan yang logis. Dalam prinsip memikirkan—merasakan—mengerjakan, urutan situasi ini tampak sebagai berikut:

Gambar 6 – 1: **Pola Mental/Emosional**

Dalam situasi ini, ada tambahan langkah sebelum melakukan tindakan yang berupa rasionalisasi mental, meskipun hasilnya sama saja. Tahap rasionalisasi dimaksudkan agar kita dapat merasa lebih yakin bahwa apa yang akan kita lakukan sudah dipikirkan secara matang. Apabila apa yang kita lakukan berasal dari reaksi emosional akibat pikiran yang negatif— maka kita harus secara sadar mempertimbangkannya.

Begitu kita menanggapi pikiran negatif secara emosional, maka kita dapat melakukan satu dari tiga hal berikut. Pertama, kita dapat bertindak berdasarkan emosi negatif tersebut, yang hanya akan mempersulit situasi itu dan menimbulkan energi yang lebih destruktif. Kedua, kita dapat mengendalikan diri sendiri, yang menunjukkan adanya kontrol dan disiplin. Ini sangat bagus, tetapi energi negatif masih bersemayam di dalam diri kita, menunggu saatnya keluar dengan cara yang lain. Ketiga, kita mengubah pikiran dan perasaan kita. Apapun reaksi emosional yang ada, kita selalu dapat menghalangi pikiran kita dan menekan reaksi yang muncul. Kita selalu dapat "menghitung sampai sepuluh" dan "memberikan pipi yang lain" untuk menghindari tindakan yang lebih buruk. Sayangnya, umumnya orang secara otomatis akan melakukan langkah pertama dan bertindak berdasarkan emosi negatif dengan sedikit pikiran, atau bahkan sama sekali tanpa dipikirkan.

Emosi negatif dapat memperdaya kita. Dengan mudah ia dapat mengatakan pembenaran atas perasaan negatif yang ada dalam diri kita. Jika seseorang membuat kesalahan pada kita, kita merasa pantas untuk marah atau benci. Dan di sinilah letaknya jebakan; kita harus melatih diri kita sendiri tidak untuk bereaksi terhadap emosi rendah kita pada saat sesuatu kesalahan telah terjadi pada kita. Kita *tidak pernah* membenarkan suatu pembalasan, membalas kesalahan dengan kesalahan, pukulan dengan pukulan, kecurigaaan dengan kecurigaan. "Dua kesalahan yang dilakukan tidak membuat menjadi benar". Apakah kita "benar" atau tidak, apa yang kita lakukan ketika kita harus bereaksi terhadap energi negatif? Kita terikat dalam situasi yang menciptakan energi tersebut—yang hanya dapat menghasilkan lebih banyak energi negatif. Hasilnya adalah justru membuat orang yang melakukan itu menjadi lebih terpuruk. Sudah tentu, sebagai manusia, kita pasti melakukan reaksi. Itu adalah sesuatu yang tidak dapat dihindari. Idealnya adalah belajar memberikan reaksi positif dan konstruktif. Kemudian kita akan menjadi orang yang lebih bijak dari pada menzalimi emosi diri sendiri.

Emosi dan Energi Spiritual

Ketika Anda mengalami ketidakseimbangan dalam pusat emosional, Anda akan merasa tidak nyaman di daerah perut Anda. Anda merasakan seperti sakit perut atau mual.

Seperti halnya dengan pikiran, energi pertama yang datang adalah kobaran api merah-oranye. Energi spiritual ini dapat menjangkau ke dalam emosi dan menembus semua belitan emosional. Jika Anda merasa sebagai pribadi yang emosional, energi ini dapat membantu menghilangkan emosi negatif yang telah terakumulasi. Lakukan meditasi untuk membersihkan semua sifat emosi Anda.

Rasakan energi spiritual yang menjangkau sampai ke dalam inti emosional Anda dan keluarkan cahaya melalui seluruh bagian emosional, dan singkirkan semua emosi negatif. Bekerja dalam pusat seperti ini akan merasa seperti menjinakkan kuda liar. Jika Anda niatkan emosi tertentu untuk disingkirkan, maka emosi itu semuanya larut dalam cahaya. Jika emosi lain yang muncul juga ingin Anda singkirkan, maka niatkan cahaya untuk menyingkirkannya dari Anda. Seperti halnya bekerja dengan tubuh mental, biarkan cahaya itu menyentuh ke dalam pusat-pusat lainnya, agar membersihkan jalur-jalur perusak yang saling berhubungan.

Sebelum berlanjut pada kobaran putih biru, perhatikan lebih seksama energi emosional yang destruktif.

Kekacauan

Kekacauan adalah gerakan berlawanan arah jarum jam dalam pusat emosional, yang biasanya disebabkan karena situasi yang menjengkelkan. Adanya permasalahan di rumah yang tidak dapat diselesaikan dan kekacauan ini Anda bawa kemana pun Anda pergi. Seseorang mungkin telah mengatakan sesuatu yang menyakitkan, sehingga mengganggu pikiran Anda. Terkadang sulit untuk mencari sumber kekacauan, memahami bentuk emosi yang muncul. Namun, Anda mengetahui bahwa kekacauan itu ada dan telah mengganggu aktivitas Anda sehari-hari.

Kebingungan Emosional

Kebingungan emosional muncul ketika dua atau lebih emosi bersaing meminta perhatian. Hubungan cinta-benci adalah salah satu contoh

kebingungan emosional. Seperti halnya kebingungan mental, kebingungan emosional cenderung menyebabkan kebimbangan dan kesulitan mengambil sikap karena Anda kemana emosi Anda akan menuntun untuk menentukan tindakan apa yang harus dipilih.

Simpati Palsu

Terlalu mudah untuk menyerang energi emosional dari orang-orang yang berada di sekitar Anda. Serangan ini dapat menimbulkan kerusakan pada tubuh emosional Anda dan tubuh Anda secara keseluruhan. Anda berupaya keras menjaga agar aura bersih dan mulia, kemudian Anda dapat mengotorinya hanya dengan membuka berbagai pengaruh dari luar. Meskipun seluruh wilayah aura mudah diganggu oleh pengaruh dari luar, bagian emosional dapat lebih spesifik melalui adanya simpati palsu. Misalnya, saya dapat merasakan adanya kedamaian, tetapi jika seorang penghasut mendekati saya, saya akan "menangkap" hasutan itu seandainya saya membiarkannya masuk dalam diri saya. Ini dapat terjadi terutama bila kita kenal dekat orang tersebut, seperti pasangan saya, orang tua, atau anak-anak. Jika saya sangat bersimpati pada Anda, saya akan memiliki hubungan secara emosional dengan Anda. Jika Anda merasa sedih, saya pun merasa sedih. Jika Anda merasa gembira, begitu pula saya. Pemindahan emosi ini dapat terjadi bergitu cepat karena dalam kasus ini, hanya sedikit melibatkan pikiran.

Serangan terhadap Emosional

Seperti hanya simpati yang palsu, penyerangan melibatkan energi emosional dari luar yang tidak ada hubungannya dengan Anda. Apabila simpati palsu diberikan kepada banyak orang yang Anda pedulikan, maka penyerangan datang dari berbagai sumber. Ada begitu banyak sumber emosi yang beredar di dunia, di mana Anda secara tidak langsung berhubungan dengannya. Penyerangan juga dapat dilakukan secara sengaja—energi emosional negatif secara langsung mengarah pada Anda. Jika seseorang tidak suka atau membenci Anda dengan alasan apa pun, maka orang itu akan mengirimkan aliran emosional kepada Anda. Anda dapat dengan mudah mengambil energi ini seandainya Anda tidak mempunyai perhatian, dan menyerap dan menjadikannya sebagai bagian kondisi keseluruhan. Dengan

melepaskan serangan emosional tersebut, maka Anda dapat membersihkan diri dari hal-hal yang mencemari pikiran.

Begitu Anda selesai melakukan pembersihan mental, maka Anda siap untuk mendapatkan kobaran api putih biru. Tubuh emosi Anda mungkin akan menerima energi ini dengan senang hati dan penuh semangat. Rasakan bagaimana energi tersebut mengisi kembali semua emosi Anda dan melengkapi kembali seluruh wilayah yang kosong, dan meningkatkan kembali semangat kehidupan Anda—terutama jika sebelumnya Anda merasa lelah secara emosional.

Sekali lagi, berikan waktu yang cukup bagi diri Anda untuk melengkapi kembali kekosongan diri dengan kobaran api putih biru. Rasakan bagaimana energi ini terpancar keluar melalui seluruh daerah sekitar perut, dan memasukkan kekuatan spiritual yang baru. Juga biarkan energi ini mengalir ke dalam pusat-pusat spiritual yang lain.

Selain kobaran api putih biru, Anda juga akan memasukkan cahaya putih murni yang indah. Ketika emosi berada dalam aliran positif, ada ketenangan yang memberikan sifat lemah lembut. Setelah terbebani dengan emosi negatif, pada akhirnya Anda akan merasakan ketenangan dan kelembutan. Cahaya putih murni dapat membantu Anda memperoleh ketenangan yang diperlukan untuk mempertahankan emosi yang kreatif dan positif. Gunakan doa meditatif di bawah ini untuk membantu mengubah setiap jejak tersembunyi dari cahaya gelap yang tidak dapat dibersihkan dengan cahaya merah-oranye.

Adakalanya reaksi emosional dapat menyebabkan Anda tidak berhati-hati. Apabila Anda tiba-tiba menerima kabar buruk, maka Anda berada dalam situasi yang benar-benar membingungkan, yang tentunya juga akan mempengaruhi tubuh emosional. Jika Anda segera dapat memasukkan cahaya spiritual, maka diri Anda akan selamat. Anda akan mampu mengatasi situasi tersebut dengan lebih baik, terutama jika Anda harus membuat suatu keputusan penting, sehingga memerlukan pikiran yang tenang. Dalam situasi ini, Anda perlu sinar lembayung untuk menenangkan emosi Anda. Meditasi berikut ini dipergunakan untuk situasi darurat. Jika Anda dapat memperoleh tempat yang memungkinkan untuk meditasi, sangatlah bagus. Namun, jika tidak, Anda bisa melakukan cara sederhana yaitu dengan menutup mata dan membayangkan sinar lembayung tersebut memancar ke tempat Anda berada.

Jika emosi negatif masih mempunyai cukup waktu untuk mengumpulkan momentum, mintalah untuk dapat juga menerima cahaya hijau emerald untuk menyeimbangkan hal itu.

BAB

7

Meditasi Transformasi

Guna mengubah suatu kondisi yang negatif, seringkali tidak cukup hanya dengan melakukan pembersihan emosional/mental. Pikiran destruktif yang ada dalam diri Anda, mungkin dapat menolak upaya ini. Dalam kasus ini, upaya meditasi melalui cahaya yang Anda lakukan perlu difokuskan pada aspek tertentu dari sifat mental/emosional Anda yang perlu diubah. Keindahan dari meditasi yang disasarkan pada aspek tertentu adalah bahwa meditasi tersebut menunjukkan bagaimana cahaya dapat diaplikasikan untuk situasi yang paling ruwet dan berat.

Dalam kondisi seperti ini, cobalah untuk mengidentifikasi pikiran yang menyebabkan munculnya momentum negatif. Kebanyakan, kondisi ini merupakan hasil dari penglihatan terhadap sesuatu secara mata fisik dan bukan mata spiritual. Dengan mengidentifikasi penyebab orisinal dari suatu pandangan yang keliru, maka Anda sudah membuat suatu kemajuan. Kondisi emosional dan mental termasuk dalam meditasi ini karena keduanya memiliki keterkaitan yang besar. Tetapi, jika Anda melihat bahwa kondisinya lebih emosional, maka meditasi sebaiknya lebih difokuskan pada emosi, dan sebaliknya. Dalam meditasi ini, mohonlah agar cahaya dapat mengenai empat pusat utama dan seluruh kesadaran Anda, serta dapat menembus bidang aura Anda.

Untuk memperbaiki kondisi mental/emosional, Anda perlu memulainya dengan sinar api merah-oranye, dan melanjutkannya dengan api putih-biru. Saya telah memasukkan sedikit variasi pada meditasi-meditasi ini untuk menunjukkan betapa beragamnya doa yang ditujukan untuk berbagai kebutuhan yang spesifik.

Ingatlah selalu bahwa apabila Anda berada dalam kondisi emosional/mental cukup berat atau kronis, maka sebaiknya Anda mencari bantuan dari orang yang profesional. Jangan mencoba untuk mengatasi segala situasi tersebut seorang diri. Bekerja cahaya secara pribadi akan cukup membantu, tetapi manakala permasalahannya sudah begitu berat, maka Anda akan memerlukan orang yang ahli seperti dokter, konselor atau ahli penyembuh lainnya. Mencari bantuan merupakan bagian penting dari proses pertumbuhan spiritual pada saat situasi tertentu membutuhkannya.

Dendam

Dendam berakar dari kemarahan yang dipendam. Biasanya dendam diarahkan pada seseorang yang dekat dengan Anda, apakah itu orang tua, suami atau isteri, anak atau teman Anda. Perasaan dipersalahkan seringkali muncul dalam bentuk sakit hati yang kemudian berkembang menjadi kemarahan dan akhirnya menjadi dendam.

Dendam adalah salah satu dari jenis emosi-emosi tadi yang cenderung bersifat membenarkan diri sendiri, keras kepala dan penuh muslihat. Anda dapat mengatakan, "Orang ini telah melakukan hal ini pada saya, dan karenanya saya berhak untuk merasa seperti ini." Dengan mengatakan ini, berarti Anda telah masuk dalam jebakan emosi. Apabila Anda terus mengikuti perasaan tersebut, maka Anda telah memberikan jalan menuju dendam yang dapat menimbulkan sejumlah reaksi negatif seperti sakit hati, kebencian, kemarahan dan keinginan untuk balas dendam, yang hanya akan merusak diri Anda dan melemahkan aura Anda. Merasa dendam pada seseorang membutuhkan energi, padahal energi tersebut dapat digunakan untuk melakukan hal-hal yang bersifat konstruktif untuk memperbaiki kualitas kehidupan.

Dalam aura, rasa dendam biasanya muncul sebagai energi abu-abu dan merah pudar di dalam dan di sekitar pusat Hermetik dan pusat emosional. Energi-energi ini muncul dengan bentuk yang tidak teratur, dan tertahan

di Pusat Hermetik, karena Anda telah membiarkan mereka masuk ke dalam jantung Anda. Warna merah buram menunjukkan kemarahan; terkadang warnanya menjadi lebih gelap hingga berubah menjadi hitam. Warna hitam menunjukkan rasa dendam yang terjadi terus menerus dan berubah menjadi kebencian. Warna abu-abu muncul karena depresi, yang biasanya menyertai rasa marah dan benci. Tentu saja, pusat-pusat tersebut akan berputar berlawanan dengan arah jarum jam, dan jika dendam berlangsung lama, maka ia juga akan muncul dalam bagian lain dari bidang energi.

Untuk mengurangi rasa dendam yang bersemayam dalam diri, hal pertama yang perlu Anda lakukan adalah mengevaluasi situasi. Apa yang sesungguhnya telah terjadi? Apakah orang itu benar-benar melakukan hal tersebut pada Anda? Seringkali, dendam dapat terbentuk dari kesalahpahaman. Saya mungkin akan dendam dengan seseorang yang mendapatkan promosi karena saya merasa bahwa sayalah yang pantas untuk menerimanya. Padahal, kenyataannya memang dia mempunyai kualitas yang lebih baik dibandingkan saya. Anda juga harus memastikan bahwa Anda mempunyai gambarah utuh tentang suatu permasalahan, misalnya seseorang telah berbohong pada saya, atau Anda memang tidak salah menafsirkan kejadian tersebut. Anda dapat bekerja dengan penerangan spiritual untuk menyatakan kebenaran, sehingga tindakan Anda akan didasari oleh sesuatu yang sudah jelas.

Contoh, seseorang yang secara jelas telah melukai perasaan Anda, dan Anda menyimpan dendam terhadap orang itu. Dalam hal ini, energi pertama yang perlu Anda datangkan dalam meditasi Anda adalah kobaran api merah-oranye untuk membersihkan semua energi negatif yang ada atau yang telah Anda kumpulkan dalam diri Anda.

Setelah Anda mendatangkan cahaya, maka Anda akan merasa sangat tenang dan mau menerima proses pemurnian. Semua rasa sakit hati, marah, benci dan segala sesuatu yang membuat hidup Anda terasa berat akan lenyap dari diri Anda. Jika Anda ingin mengungkapkan dengan kata-kata, biarkan hati Anda menumpahkan segenap perasaan yang ada, sehingga energi negatif dapat dibersihkan oleh kobaran api merah-oranye dan larut ke dalam lautan mineral. Apapun citra, kata-kata, kesan dan kenangan yang muncul, biarkan semuanya masuk kedalam cahaya pembersih *(cathartic light)*. Cobalah untuk melepaskan semuanya seringan mungkin.

Rasakan energi suci yang mengalir secara bebas, menyentuh semua tempat gelap yang tercipta karena rasa dendam. Tetaplah memahami bahwa energi ini melewati semua pusat dan semua aspek kemanusiaan yang ada dalam diri Anda, yang melepaskan setiap percikan rasa dendam.

Setelah itu, berikan waktu beberapa menit pada diri Anda untuk membiarkan energi yang tersisa untuk dapat dibersihkan, kemudian lanjutkan dengan api putih-biru dalam meditasi Anda.

Sekali lagi, tetaplah tenang dan rasakan derasnya getaran menggemparkan yang memulihkan energi kehidupan. Kini aura Anda telah pulih secara sempurna setelah mengalami kerusakan yang disebabkan oleh rasa dendam. Rasakan bahwa kesegaran baru memasuki kesadaran Anda, membawa semangat, antusiasme, motivasi dan keinginan. Rasakan kekuatan api putih-biru yang memulihkan menuju setiap tempat yang disentuh oleh kobaran api merah-oranye dan mengangkat wilayah tersebut ke tingkatan energi di mana mereka seharusnya berada. Kini Anda telah melalui masa-masa yang penuh dengan perasaan dan pikiran yang gelap. Energi itu kini sudah tidak lagi menjadi bagian dari diri Anda. Biarkan kekuatan hidup suci yang menyembuhkan, memulihkan keseimbangan spiritual Anda dan menyerap setiap aspek kehidupan Anda. Rasakan energi yang sedang mengisi semangat Anda, dan memberi Anda pandangan baru yang positif pada hidup Anda.

Setelah pekerjaan ini selesai, Anda dapat menindaklanjutinya dengan energi tambahan jika menurut Anda masih diperlukan. Apabila Anda telah kuat secara spiritual, berarti Anda kini telah siap untuk mulai memaafkan (lihat Bab 9). Berapa jenis meditasi dengan cahaya yang diperlukan, tergantung seberapa besar Anda bisa membuka diri dan berapa dalam rasa dendam yang Anda miliki. Jika rasa dendam telah berlangsung lama, maka Anda juga harus berpikir keras, karena pola dan bentuk-bentuk pikiran yang berkaitan dengan dendam mempunyai cukup waktu untuk muncul. Bagian tubuh Anda juga perlu bekerja lebih keras untuk melepaskan pikiran-pikiran tersebut, meskipun jumlah cahaya yang bekerja masih tetap sama.

Begitu situasi yang dimaksud telah ditempatkan di dalam cahaya, maka Anda harus memutuskan apa yang harus dilakukan. Barangkali Anda memutuskan untuk berhadapan muka dengan orang tersebut, dengan niat untuk menyelesaikan permasalahan dengan kasih sayang. Anda pasti

akan terkejut dengan reaksi orang tersebut. Jika Anda merasa tidak mungkin untuk berjumpa orang tersebut, maka Anda harus membiarkan situasi ini berlalu, dan menyerahkan semuanya pada Tuhan. Jika orang yang menyakiti Anda berada di sekitar Anda, kirimlah cahaya pada jiwanya, dan terapkan sikap memaafkan.

Rasa Benci

Rasa benci merupakan emosi paling rendah dan bersifat paling merusak, dibanding emosi-emosi lainnya. Tidak mempunyai emosi yang negatif adalah bagus, tetapi rasa benci bekerja pada frekuensi getaran yang paling rendah. Rasa benci membawa begitu banyak penderitaan kepada semua pihak yang terlibat. Dalam aura, rasa benci muncul dalam wujud energi yang hitam seperti tinta. Seseorang yang mempunyai energi kebencian akan mampu melakukan apapun, termasuk membunuh. Seperti halnya dendam, Anda membenci sesuatu atau seseorang yang telah melakukan sesuatu terhadap Anda, baik secara imajinasi atau fakta. Namun, tidak seperti rasa dendam yang disimpan dan dirahasiakan, kebencian cenderung dinyatakan secara terbuka. Orang-orang umumnya ingin Anda tahu bahwa mereka membenci Anda, sehingga mereka menyatakannya secara langsung hal tersebut pada Anda—kecuali mereka mempunyai alasan tertentu untuk tidak mengatakannya. Jika mereka tidak mengatakan pada Anda, maka mereka akan mengatakannya ke orang lain. Keuntungan yang bisa Anda peroleh dari sikap orang yang terus terang adalah bahwa Anda tahu di mana harus menempatkan diri terhadap orang seperti itu. Keburukannya adalah bahwa kebencian cenderung ingin mencari teman. Jika saya mengatakan pada Anda bahwa saya benci ini atau itu, saya mendorong Anda untuk memberikan respon yang sama dengan saya. Dan karena kebencian merupakan sebuah energi yang kuat, maka rasa kebencian saya yang besar dapat mempengaruhi Anda, sekalipun Anda tidak merasa seperti itu.

Kebencian akan menjadi lebih kuat apabila dirasakan oleh sekompok masa yang besar. Berbagai kekejaman yang terjadi di dunia ini bisa jadi didasari oleh kebencian. Lihatlah para penguasa yang agresif dan para diktator yang kejam, dan Anda dapat melihat bahwa kebencianlah yang memberikan motivasi atau mendorong mereka untuk melakukan tindak

kejahatan. Para teroris yang mau membunuh orang lain dan juga dirinya sendiri berpikir bahwa mereka melakukannya karena memang Tuhan menginginkan demikian dan itu merupakan bentuk pengorbanannya demi menyenangkan Tuhannya. Namun sebenarnya, yang membuat ia terpicu untuk melakukan hal ini bukanlah cintanya pada Tuhan, tetapi kebencian terhadap pikiran dan orang yang tidak sama dengan dirinya. Orang yang merasa benci terhadap sesuatu atau seseorang juga dapat menjadi metodis. Orang yang marah dapat melakukan sesuatu dengan menurutkan kata hati dan setelah itu selesai. Tetapi, orang yang benci dapat bersusah hati untuk jangka waktu yang lama, sehingga memberikan banyak kesempatan pada dirinya untuk merencanakan tindakan berikutnya.

Rasa benci bekerja tanpa esensi ketuhanan. Itulah sebabnya mengapa rasa benci begitu mengancam. Ia merupakan energi penyerap yang aktif, yang ingin menarik sesuatu ke dalam dirinya, seperti halnya lubang hitam. Anda sebenarnya tidak perlu dikacaukan oleh rasa benci. Hal yang sama juga berlaku jika kebencian diarahkan pada Anda. Ini merupakan energi yang agresif yang harus Anda netralkan dengan sifat-sifat luhur dari Cahaya Ilahi. Dalam aura, rasa benci dapat muncul dalam berbagai bentuk yang berbeda tetapi energi yang dominan adalah selalu berwarna hitam. Untuk mengetahui seperti apakah warna kebencian itu, maka Anda dapat melihatnya pada Gambar 3-4. Warna ini sama sekali tidak selaras dengan sifat luhur kehidupan. Dan seperti yang kita ketahui, kebencian dapat menghasilkan pikiran yang sadis dan kejam.

Jika rasa benci ada dalam aura Anda, maka Anda harus memprioritaskan kerja meditasi Anda pada hal ini; dengan energi seperti itu, sulit bagi Anda, kalau bisa dikatakan tidak mungkin, untuk mencapai kemajuan secara spiritual. Kebencian mungkin sulit untuk dihilangkan dari diri Anda. Seperti halnya dendam, seringkali Anda membenarkan kebencian itu. Melakukan hal yang keliru biasanya bersifat ekstrim. Tentu saja saya tidak sedang memaafkan perilaku dari mereka yang terus menerus menyakiti Anda, tetapi ini adalah *pilihan Anda* bagaimana untuk meresponnya. Kebencian adalah sesuatu yang dapat Anda kendalikan. Anda memilih untuk membenci.

Ada beberapa langkah yang diperlukan untuk membersihkan diri Anda dari rasa benci. Sekali lagi, Anda memulainya dengan mendatangkan kobaran api merah-oranye. Anda memerlukan energi ini untuk melepaskan

atau membuang energi hitam yang ada dalam aura. Saya telah melihat kobaran warna merah oranye muncul hampir menyerupai sebuah pedang untuk memotong energi yang destruktif. Anda dapat membayangkan hal yang sama dengan meditasi Anda.

Anda harus bersungguh-sungguh dalam mendatangkan energi merah oranye, untuk membuang energi-energi negatif dari kehidupan Anda. Lalu Anda akan menjadi tenang dan merasakan kekuatan ini bekerja pada Anda. Dengan emosi kebencian yang terus menerus, maka Anda mungkin harus mengulangi latihan ini beberapa kali agar berhasil. Melalui setiap meditasi, energi-energi gelap secara perlahan akan semakin memudar hingga akhirnya hilang. Anda harus berhati-hati untuk tidak memasukkan kembali energi kebencian dengan memikirkannya; sebaliknya Anda harus mengulangi pekerjaan ini hingga Anda dapat menstabilkan kesadaran Anda.

Setelah kobaran api merah-oranye selesai, lanjutkan dengan api putih-biru, dan rasakan api putih-biru ini mengangkat kesadaran Anda.

Setelah api putih-biru, lakukan kerja pengampunan seperti yang diuraikan dalam Bab 9. Anda juga perlu bekerja dengan sinar cinta yang ditujukan untuk diri sendiri, agar Anda memiliki rasa haru dan pengertian yang baik terhadap orang lain.

Jika Anda bertindak berdasarkan rasa benci, maka Anda perlu mengakhiri kerja meditasi ini dengan cahaya putih murni. Cahaya ini akan membantu Anda melepaskan setiap simpul-simpul yang menyimpan rasa kebencian dan meredam setiap momentum negatif yang mungkin telah Anda bangkitkan. Ini juga merupakan energi yang meringankan, sehingga dapat membantu Anda keluar dari rasa kebencian yang telah melingkupi Anda.

Tergantung pada kepekaan Anda terhadap cahaya, Anda dapat merasakan kelegaan selama proses ini manakala kondisi kegelapan dalam aura Anda mulai berubah. Anda juga akan mulai menyadari betapa merusaknya rasa kebencian itu.

Marah

Marah merupakan emosi umum yang dirasakan setiap orang pada satu waktu atau pada waktu yang lain. Umumnya, marah hanya berlangsung sebentar, berbeda dengan benci yang dapat berlangsung lebih lama. Ada

orang-orang yang cepat marah dan cepat juga melupakan marahnya. Jika tidak dikendalikan, marah bisa berubah menjadi bentakan atau amukan. Orang-orang dengan jenis marah seperti ini seperti bom yang menunggu kesempatan untuk meledak. Marah dapat meledak dengan sedikit provokasi. Ada juga jenis marah yang tidak terkontrol. Orang-orang tidak merencanakan untuk marah, hanya saja terkadang marah terjadi juga meskipun sebenarnya bertentangan dengan kemauan mereka. Setelah meluapkan emosi, biasanya mereka merasa tidak enak. Ini menunjukkan kontrol emosi yang lemah.

Marah merupakan energi dalam aura yang bersifat meledak-ledak. Gambar 3-5 menunjukkan dengan jelas energi hijau gelap dan merah pudar seperti petasan yang dihasilkan oleh ledakan marah yang berkepanjangan. Seperti yang telah diuraikan sebelumnya, satu ledakan kemarahan yang kuat membutuhkan waktu dua minggu untuk keluar dari aura! Orang pemarah sulit untuk mendapat teman. Dia biasanya tidak mengacuhkan, lekas marah dan sepertinya akan mengatakan sesuatu yang buruk, memukul orang tanpa alasan yang tepat. Beberapa sifat pribadi yang tidak menyenangkan dapat muncul dengan kemarahan.

Untuk menghilangkan kemarahan dari diri Anda, mulailah bekerja dengan kobaran api merah-oranye untuk membersihkan lintasan-lintasan sinar merah pudar tersebut. Energi ini akan membersihkan aura Anda secara keseluruhan, juga pusat-pusat energi Anda. Kemudian ikuti dengan api putih-biru.

Selain itu, Anda juga perlu bekerja dengan sinar cinta untuk membantu membawa Anda ke dalam kesadaran keesaan Tuhan dan melepaskan berbagai kejengkelan yang menyatu dengan kemarahan.

Saya juga merekomendasikan untuk menurunkan sinar ungu, yang merupakan versi yang lebih tajam dari sinar lembayung. Sinar ini bagus untuk memberikan kedamaian yang lembut. Dalam kemarahan, ada kekerasan dan kegelisahan, yang dapat diperhalus oleh sinar ungu.

Ada juga kemarahan yang pada tempatnya. Anda tidak akan sering mengungkapkan jenis kemarahan ini. Anda mungkin mengekspresikan kemarahan yang pada tempatnya terhadap ketidakadilan, yang dilakukan terhadap seseorang yang tidak dapat mengungkapkannya sendiri ketidakadilan tersebut, atau kekasaran yang ditujukan pada Anda. Misalnya seseorang menggosipkan Anda, membuat kabar dusta dan melukai reputasi

Anda. Anda punya hak untuk mengatakan pada orang tersebut untuk menghentikan ulahnya itu. Dalam hal ini, emosi bukanlah luapan kemarahan yang tidak terkendali tetapi ekspresi yang jelas-jelas terkontrol. Tidak seorang pun punya hak untuk mendorong luapan kemarahan masuk ke dalam aura Anda, dan Anda punya hak untuk mempertahankan nama baik. Kemarahan yang pada tempatnya bukanlah jenis kemarahan yang sedang kita bicarakan saat ini. Jenis kemarahan ini muncul dalam aura sebagai warna merah terang, bukannya merah buram. Ini merupakan energi yang positif. Anda akan mengetahui perbedaan antara keduanya, karena dengan kemarahan yang pada tempatnya, Anda tidak akan merasa kecewa atau terlantar sesudahnya.

Iri Hati

Iri hati merupakan tanda rendahnya kualitas diri. Jika Anda merasa iri, Anda percaya bahwa seseorang mempunyai sesuatu yang Anda tidak miliki—tetapi Anda merasa harus memilikinya. Kondisi ini dapat menciptakan berbagai jenis kebencian dan kebohongan, karena Anda berusaha untuk mendapatkan sesuatu yang diinginkan.

Pemahaman spiritual yang hilang adalah bahwa apa yang Anda inginkan di luar diri Anda adalah sesuatu yang sudah Anda miliki *di dalam*. Apabila Anda merasa iri terhadap bakat atau kemampuan seseorang, Anda harus mengakui bahwa bakat yang sama dapat Anda miliki—jika Anda menginginkannya. Hanya karena suatu bakat muncul secara aktif pada orang lain, tidak berarti bahwa bakat tersebut tidak dapat aktif pada diri Anda. Hanya saja, orang lain telah mengembangkan bakat tersebut sedangkan Anda belum. Dalam hidup, akan selalu ada orang-orang yang langkahnya lebih jauh dari Anda, dan ada juga orang yang langkahnya di belakang Anda. Ini semua merupakan bagian dari hubungan evolusi alami yang mengikat kita semua dan itulah sebabnya mengapa Anda tidak pernah dapat membandingkan Anda dengan orang lain. Jika Anda membandingkannya, "maka Anda bisa merasa gagal dan sengit," seperti peringatan *Desiderata*. Anda akan selalu melihat dari sisi Anda apa yang sedang dilakukan oleh orang lain.

Dalam aura, rasa iri muncul sebagai energi hijau alpukat yang buram. Ini merupakan warna yang sangat buruk. Ketika seseorang mengeluarkan

kata-kata yang menunjukkan rasa iri, saya terkadang melihat energi seperti ular yang memancar dari pusat tenggorokan. Energi ini merusak aura. Seringkali ada bercak-bercak coklat dan merah buram, karena kecemburuan, kepicikan, dan kemarahan yang selalu melekat dalam diri. Apabila iri hati lebih karena cemburu, maka cahaya yang melingkupi akan berupa cahaya hijau muda olive.

Iri hati merupakan salah satu penyebab rusaknya persahabatan. Saya ingat pernah menangani kasus dua orang bersaudara yang mempunyai hubungan yang sangat baik satu sama lain—hingga mereka saling tertarik pada seorang laki-laki yang sama. Keduanya berusia dua puluh tahunan dan di antara keduanya hanya berbeda satu atau dua tahun. Laki-laki tersebut tertarik dengan sang kakak, yang memang lebih cantik dibandingkan sang adik, sehingga membuat sang adik merasa sangat cemburu terhadap sang kakak. Ia melakukan apapun untuk mendapatkan cinta sang lelaki, tetapi tidak berhasil. Ketika ia menceritakan pada saya tentang sang kakak, saya dapat melihat energi seperti ular yang keluar dari pusat emosionalnya. Ini merupakan cahaya yang buruk. Tentu saja, ia tidak tahu apa yang sedang ia ciptakan dengan rasa cemburunya. Akhirnya, laki-laki tersebut menikahi sang kakak. Sang adik, masih sangat iri dengan sang kakak, dan kemudian pergi tanpa memulihkan perasaannya pada sang kakak. Kedua kakak beradik ini kehilangan persahabatan dan persaudaraan yang indah, karena kecemburuan atau "monster bermata hijau."

Iri hati bisa menimbulkan akal busuk. Mulailah dengan kobaran api merah-oranye dan niatkan dalam meditasi Anda agar dapat melepaskan semua rasa cemburu dan iri hati yang ada dalam diri Anda.

Rasakan sinar ini masuk ke seluruh bagian dari diri Anda, biarkan cahaya tersebut bertahan agak lama disana. Rasakan pengaruhnya yang begitu kuat untuk mengeluarkan energi negatif dalam pusat tenggorokan Anda. Anda akan terkejut betapa banyak energi negatif yang telah Anda buat. Namun hal tersebut jangan terlalu dipikirkan. Rasakan saja proses pelepasan energi tersebut. Sesudahnya, datangkan api putih biru untuk mengisi kembali wilayah-wilayah yang hilang dan mohonlah untuk dapat mempertahankan kekuatan saat Anda ingin memperkuat bidang energi Anda.

Lalu, gunakan sinar cinta untuk menambah perasaan kasihan pada diri Anda dan pada orang yang membuat Anda iri. Juga mohonlah

kelemahlembutan dalam sinar cinta tersebut sehingga upaya keras yang Anda lakukan untuk mengatasi situasi ini, dapat berhasil. Anda juga dapat menindaklanjuti dengan kerja pengampunan (Bab 9).

Terakhir, selesaikanlah kerja Anda dengan menggunakan cahaya hijau emerald untuk memberikan Anda ketenangan dan keselarasan, serta menyeimbangkan Aura Anda secara keseluruhan. Jika Anda merasa perlu mendatangkan sinar perdamaian membangun ketenangan, maka lakukanlah.

Setelah Anda meyelesaikan kerja Anda dengan cahaya, Anda harus berupaya untuk mengalihkan perhatian dari obyek yang Anda cemburui hingga energi negatif benar-benar hilang dari kesadaran Anda. Apabila ada perselisihan terbuka, Anda dapat menumpahkan perasaan itu. Berikan pujian yang tulus terhadap bakat yang dimiliki seseorang. Akuilah perasaan Anda dan mohonlah pengampunan. Anda akan terkejut kalau orang tersebut kemudian berubah menjadi teman Anda. Ingatlah, percikan ketulusan bersinar pada setiap orang. Mengagumi kebesaran Tuhan yang terlihat pada orang lain adalah sifat yang luhur. Kebesaran Tuhan terwujud pada setiap orang. Bagaimana Anda bisa cemburu pada ciptaan Tuhan?

Setelah rasa benci benar-benar hilang dari diri Anda, maka selanjutnya Anda bisa bekerja dengan bimbingan Tuhan untuk menciptakan sesuatu yang Anda inginkan. Apabila sifat/obyek/situasi yang Anda benci dari seseorang masih kuat Anda rasakan, maka Anda harus mulai proses pembangunan untuk diri Anda. Namun apabila ada perubahan yang Anda rasakan terhadap tingkat kebencian itu, maka Anda akan tahu bahwa hal tersebut tidak Anda perlukan lagi.

Depresi

Depresi merupakan problem yang kompleks. Ini biasanya disebabkan karena terlalu banyak kondisi yang mempengaruhi Anda. Sekalipun Anda berhati-hati pada diri sendiri, namun sulit untuk tidak menyerap dunia luar. Kekecewaan yang kuat, rasa kehilangan yang tiba-tiba, dan trauma yang tidak terpecahkan dapat dengan mudah menyebabkan depresi. Kondisi psikologis dapat juga menyebabkan depresi.

Prinsip spiritual yang seringkali diabaikan dalam depresi adalah bahwa kejadian-kejadian atau situasi dalam kehidupan Anda tidak pernah

permanen: "Ini semua akan berlalu." Manakala Anda dalam kondisi yang depresi, maka Anda tidak melihat gambaran spiritual yang utuh. Kondisi negatif yang nampaknya Anda alami adalah suatu kondisi yang diciptakan yang sifatnya sementara. Dalam inti spiritual sejati Anda, kondisi-kondisi ini tidak ada, dan karenanya bukanlah sifat yang sebenarnya. Dalam kerajaan Tuhan, semuanya berada dalam aliran yang sempurna, dan karena Anda merupakan bagian dari kesempurnaan itu, maka bagian dari Anda adalah berada dalam aliran yang sempurna tersebut.

Sayangnya, depresi adalah salah satu dari kondisi yang membuat Anda merasa aneh, dan menyebabkan sejumlah kebiasaan yang merusak. Para pemabuk biasanya memendam depresi sebagai sebuah kekuatan pemberi motivasi agar menggerakkan mereka untuk minum. Namun, mempunyai pandangan yang pesimistis dan fatalistis hanya akan menutupi kenyataan spiritual dari hidup Anda dan membuat Anda mudah dijadikan sasaran depresi. Perasaan negatif yang Anda miliki akan tetap bersama Anda apabila memang Anda inginkan.

Terkadang Anda mungkin merasa bahwa Anda tidak mempunyai kekuatan spiritual untuk meningkatkan kondisi Anda saat ini. Ini benar-benar merupakan kerja spiritual yang datang untuk membantu Anda. Cahaya Ilahi akan membantu Anda berhubungan kembali dengan Sang Pencipta, sehingga Anda dapat melihat sesuatu dalam perspektif yang benar. Selain itu, Anda kini mengetahui bahwa dengan berhubungan dengan Diri-yang-Lebih-Tinggi, maka Anda akan membangkitkan kesadaran spiritual. Dengan melangkah ke dalam kesadaran yang lebih besar, maka Anda membiarkan semua masalah Anda pergi dan menempatkan masalah tersebut kedalam kuasa Tuhan. Ia akan mengarahkan Anda untuk menyingkirkan berbagai halangan dalam perjalanan Anda disepanjang jalur spiritual, dan melepaskan beban berat dari hati Anda.

Dalam aura, depresi paling sering muncul dalam warna awan kelabu di atas kepala. Jika depresi ini parah, maka ia dapat muncul sebagai energi abu-abu yang melingkari seseorang secara keseluruhan. Depresi menunjukkan banyak hal dalam pusat-pusat emosional dan hermetik, karena hubungannya dengan kejadian yang mengganggu dan tanggapan emosi terhadap kejadian-kejadian tersebut.

Pertama-tama Anda harus menyingkirkan awan-awan ini dan menggantinya dengan kobaran api merah-oranye. Seperti banyak pekerjaan

yang ingin Anda lakukan dalam bab ini, mungkin perlu ada beberapa percobaan sebelum awan kelabu mulai menghilang, khususnya jika depresinya sudah berlangsung cukup lama.

Setelah pembersihan selesai dilakukan, ikuti dengan salah satu energi yang paling efektif untuk penanganan depresi yaitu api putih-biru. Jika Anda mempunyai waktu untuk bekerja dengan hanya satu energi yang berhubungan dengan depresi, maka gunakan api putih-biru. Kekuatannya dalam meningkatkan energi ini benar-benar sangat dramatis.

Jika ada banyak stres yang berhubungan dengan depresi Anda, maka Anda perlu bekerja dengan sinar lembayung. Ini akan membantu Anda menyingkirkan apapun yang menyebabkan Anda merasa depresi, ibarat Anda akan pergi pesiar ke pulau dan membuang semua kesusahan yang Anda rasakan.

Begitu Anda merasa cahaya dapat menyingkirkan energi yang bersifat depresif, maka Anda akan mulai melihat sesuatu dengan sangat berbeda. Jika Anda dapat meluangkan waktu sedikit untuk memberikan istirahat pada diri Anda secara psikis, maka tubuh dan syaraf Anda akan mengisi kembali, dan itu akan membantu proses secara keseluruhan.

Memulihkan depresi secara keseluruhan akan membutuhkan waktu; sulit untuk mengatakan berapa lama waktu yang diperlukan untuk proses ini. Cahaya tentunya akan memulai proses pelepasan dan pengangkatan depresi ini. Apabila depresi yang dirasakan tidak hebat, maka cahaya dapat membersihkannya dalam waktu yang relatif singkat. Tetapi apabila depresinya sudah kronis, carilah penyembuh profesional yang dapat membantu Anda, bisa jadi seorang dokter, psikiater, atau penyembuh lainnya.

Ketika Anda merasa lebih kuat, mulailah bekerja untuk memulihkan kembali kondisi yang membuat Anda depresi. Upaya ini mungkin dapat dilakukan dengan membiarkan pergi sesuatu yang mengganggu Anda atau mengumpulkan keberanian untuk menghadapi sesuatu yang sedang Anda hindari. Jika ada lebih satu hal yang terjadi pada saat bersamaan, hadapilah setiap tantangan dalam satu waktu. Gunakan energi Anda untuk bekerja dengan segala hal yang muncul. Cobalah untuk mempertahankan spiritual dan pandangan yang optimis, sekalipun kondisi terlihat bertahan lebih lama dari yang Anda inginkan.

Kesalahan

Kesalahan adalah kemarahan atau permusuhan yang mengarah pada diri sendiri. Penyesalan dan rasa bersalah yang mendalam biasanya terkait dengan kesalahan. Kesalahan biasanya menjadi suatu bentuk penghukuman terhadap diri sendiri. Dengan merasa bersalah, Anda merasa sedang menebus sejumlah kesalahan yang telah Anda buat.

Dalam aura, warna dasar dari rasa bersalah adalah abu-abu. Ia dapat muncul sebagai awan kelabu kecil di atas kepala atau sekitar pusat jantung dan pusat emosional. Biasanya, rasa penyesalan yang mendalam, juga akan muncul dalam warna-warna hitam dan abu-abu arang. Warna abu-abu akan bercampur dengan warna lain sebagai wujud dari setiap kesalahan yang telah dilakukan. Jika Anda menipu seseorang, maka warna hijau gelap akan bercampur dengan abu-abu; jika Anda kejam atau licik, maka warna coklat akan menggambarkan pikiran tersebut. Jadi, energi kesalahan jarang terlihat berdiri sendiri. Inilah yang membedakannya dari awan kelabu yang berasal dari rasa takut atau depresi.

Kesalahan dapat diungkapkan dengan berbagai cara. Suatu kali saya mengenal seorang wanita yang memiliki sebuah restoran di mana saya bekerja ketika saya masih sangat muda. Dia mempunyai kebiasaan yang aneh yaitu meninggalkan mesin penghitung dan pencatatan uang yang diterima dalam keadaan terbuka, yang tentu saja memancing para pelanggan dan karyawannya untuk mengambil uang yang ada di dalamnya. Dia juga membuat kesalahan yang besar dalam melaporkan keuangannya guna membantu karyawannya. Kondisi ini seolah-olah ia ciptakan agar orang-orang dapat mencuri uangnya. Suatu kali, ia membuat kesalahan pelaporan sebesar ribuan dolar untuk membantu saya. Saya bukannya terkejut atau gembira dengan tindakannya, tapi justru mempermasalahkannya, dan dia marah! Saya tidak dapat memahaminya. Saya pikir "Inilah saatnya. Saya akan mencari tahu apa yang sedang terjadi disini." Saya dapat melihat sejumlah energi tertentu bergerak dalam auranya dan saya tahu ada sesuatu dalam pikirannya.

Membujuknya untuk bercerita agak sulit pada awalnya, tetapi akhirnya ia menceritakan kisah hidupnya pada saya. Ketika ia masih kecil, ibunya menjadi pecandu morfin dan tinggal di rumah sakit. Setelah semua uang yang mereka miliki digunakan untuk memuaskan ketagihannya pada morfin, ia menyuruh anaknya mencuri. Jika mereka berkunjung ke rumah

teman ibunya, maka sang ibu akan berada di lantai bawah untuk mengobrol, sementara anaknya naik ke lantai atas, pergi ke kamar tidur orang dan mengambil apa saja yang bisa diambil. Di lain waktu, ibunya menyuruhnya merangkak pelan-pelan melalui jendela pada malam hari atau ketika tidak ada seorang pun di rumah dan mengambil uang. Kesalahan yang telah ia lakukan sangat membebani pikirannya, yang dibawanya hingga dewasa. Ketika ia merasakan kondisi keuangannya lebih baik, ia ingin menebusnya dengan cara membiarkan orang untuk mencuri darinya. Itu membuatnya merasa lebih baik dan merupakan caranya untuk membayar kembali uang yang pernah diambilnya.

Tentu saja, apabila Anda membuat suatu kesalahan atau melukai seseorang, ada batasan yang harus disesali. Apa yang Anda harus lakukan sesegera mungkin adalah menggantikan rasa bersalah dengan rasa iba—baik untuk orang yang telah Anda sakiti maupun untuk diri Anda. Anda tidak dapat mengontrol apa yang Anda lakukan di masa lalu, tetapi kini Anda mempunyai kebebasan sepenuhnya untnuk melakukan sesuatu. Maafkanlah diri Anda atas apa yang telah Anda lakukan dan tentu saja telah merugikan orang lain. Akuilah bahwa bagian jiwa Anda masih berkembang dan sekarang perkembangan itu belum sempurna sepenuhnya, sehingga Anda pasti akan berbuat kesalahan. Adakalanya, Anda akan membuat kesalahan *besar*. Itulah bagian dari pengalaman hidup Anda. Apa yang Anda ingin lakukan adalah belajar dan berkembang dari kesalahan itu, sehingga Anda tidak mengulanginya lagi.

Mulailah dengan api merah-oranye. Niatkan agar cahaya tersebut tidak hanya menyingkirkan energi abu-abu kesalahan, tetapi juga energi negatif yang menciptakan kondisi yang membuat Anda merasa bersalah. Jika kesalahan yang Anda buat cukup hebat, bagilah proses ini menjadi beberapa tahapan. Bekerjalah untuk mengatasi rasa bersalah ini secara terpisah seperti yang dilakukan pada proses pembersihan, dan kemudian bekerjalah untuk mengatasi energi negatif yang ada dalam diri Anda. Kemudian ikutilah kemudian dengan cahaya api putih biru.

Begitu Anda telah merevitalisasi diri, maka Anda ingin membawa aliran energi yang kuat berwarna merah jambu mawar yang tegas sebagai penyembuh dan meningkatkan cinta, sehingga Anda merasakan Cinta Suci. Ingatlah: Tak peduli apapun yang telah Anda lakukan, Tuhan akan memaafkan Anda, karena Ia akan selalu melihat Anda dalam cahaya

tertinggi yang memungkinkan—sebagai mahkluk ciptaannya. Bagaimana pun kesalahan kita, kasih sayang Tuhan tak tergoyahkan atau tetap teguh. Bekerja dengan sinar ini, maka Anda terbuka dengan aliran kasih sayang itu. Orang-orang sering merasa bahwa mereka tidak pantas menerima kasih sayang Tuhan karena beberapa hal yang telah mereka lakukan, atau yang tidak mereka lakukan. Banyak orang mencoba untuk memisahkan diri dari kasih sayang Tuhan dan menolaknya bagi dirinya sendiri. Ini hanya akan menyebabkan mereka lebih jauh dari tujuan spiritual mereka.

Selesaikan meditasi Anda dengan sinar hijau emerald untuk membantu menyelaraskan kesadaran Anda, khususnya jika rasa bersalah telah berlangsung lama.

Begitu Anda telah membersihkan bidang energi Anda, maka mulailah dengan kerja pengampunan. Berdoalah untuk diri sendiri, orang lain atau orang yang terlibat dalam kerja Anda.

Setelah cahaya bekerja, ini saatnya untuk mengubah situasi apapun yang ingin Anda ciptakan. Lihatlah hal ini seobyektif mungkin dan lihatlah apa yang bisa Anda lakukan untuk membantu. Jika Anda menipu seseorang, kembalikanlah. Jika Anda kasar pada seseorang, mintalah maaf dan tunjukkan keramahan. Jika Anda membohongi seseorang, maka bersihkanlah. Lakukanlah upaya yang nyata untuk mengatasi hal ini. Dan jika Anda tidak dapat menolong orang yang Anda sakiti, carilah orang lain atau seseorang dalam kondisi yang sama dan bantulah orang tersebut.

Kesedihan

Tidaklah mungkin menjalani hidup ini tanpa merasakan kehilangan yang menyebabkan kesedihan. Setiap orang akan kehilangan seseorang atau sesuatu yang disayangi dan merasakan duka cita ketika orang tersebut atau sesuatu itu tidak ada lagi. Kehidupan hanyalah sebuah kunjungan. Anda dan saya tidak berarti akan tinggal di bumi ini selamanya. Namun mudah untuk melupakan kenyataan yang mendasar ini ketika kita terjebak dalam aktivitas kita di dunia. Meskipun kehilangan seseorang merupakan bentuk kesedihan yang paling kuat, namun orang dapat bersedih karena banyak hal, termasuk kehilangan masa muda, kehilangan kemampuan, atau kehilangan waktu yang berharga.

Kesedihan merupakan salah satu dari pengalaman yang paling membara yang akan Anda alami. Setiap orang yang telah kehilangan anaknya atau

pasangannya akan membuktikan hal itu. Dan karena ini sangat berat, ia juga menjadi salah satu ujian spiritual terbesar. Saya telah kehilangan banyak orang yang saya sayangi dalam hidup saya, dan saya dapat memahami dengan sangat baik bagaimana kesedihan yang dirasakan. Dalam cinta, dukacita adalah egois. Ketika Anda berduka cita atau bersedih hati, maka Anda sebenarnya sedang berduka cita untuk diri sendiri dibandingkan untuk orang lain. Apakah Anda harus bersedih ketika orang yang Anda cintai terbebas dari rasa sakit dan usia tua? Apakah Anda berkabung ketika seekor ulat berubah menjadi seekor kupu-kupu? Seseorang yang Anda cintai telah melewati masa hidupnya didunia, dan bebas untuk pergi menuju ke kehidupan yang lebih luas. Kehidupan di bumi tidak hanya satu-satunya kehidupan yang akan kita lewati. Ketika meninggalkan kehidupan di bumi, maka kehidupan kita tidaklah berakhir. Anda akan pergi ke dalam kehidupan spiritual dari mana Anda berasal. Itulah sebabnya mengapa salah satu layanan yang Anda dapat lakukan untuk seseorang yang Anda kasihi yang telah meninggal adalah membiarkannya pergi. Kematian tidak dapat memisahkan Anda dari orang yang Anda kasihi— Anda akan berjumpa lagi dengan mereka dalam dunia spiritual.

Kesedihan yang berlangsung lama akan mempertahankan Anda untuk berada di masa lalu. Dan jika Anda ada di masa lalu, maka Anda tidak dapat bergerak maju. Dapat dimengerti, jika Anda kehilangan seseorang yang sangat Anda cintai, seseorang yang telah menjadi bagian penting dalam hidup Anda, maka Anda akan merasakan kesedihan yang teramat dalam. Ini merupakan sesuatu yang alami, dan memberikan kesempatan pada diri Anda untuk berduka cita adalah suatu hal yang baik untuk dilakukan. Ada pancaran spiritual yang membolehkan Anda berduka cita selama 44 hari, dan saya sangat merekomendasikan untuk menggunakan waktu ini pada saat Anda berduka. Tetapi setelah masa berduka cita selesai, adalah bijaksana untuk mengupayakan diri Anda untuk terus melanjutkan hidup.

Kesedihan merupakan emosi lain yang muncul sebagai sinar abu-abu dalam aura. Saya pernah melihatnya sebagai gelembung abu-abu dalam pusat jantung dan terkadang di atas kepala juga. Jika seseorang marah dengan orang yang telah meninggal, maka akan ada sinar merah pudar dalam auranya. Kasihan pada diri sendiri atau depresi akan muncul sebagai awan yang lebih gelap dari abu-abu arang dan bahkan hitam. Jiwa yang

bersedih bisa menunjukkan adanya masalah yang belum dapat dipecahkan yang berkaitan dengan kematian. Kondisi yang membebani perasaan dan pikiran Anda secara berkepanjangan ini akan muncul dalam aura.

Mulailah dengan proses pembersihan dan penyusunan kembali, untuk mengeluarkan getaran hebat yang memperdalam kesedihan.

Anda juga akan memerlukan selusin sinar hijau emerald yang kuat untuk membawa Anda kembali pada keselarasan. Kehilangan yang rasakan, membuat kondisi psikis Anda menjadi tidak seimbang. Dunia Anda akan terasa runtuh. Anda akan memerlukan sinar hijau emerald untuk membawa sesuatu kembali ke dalam perspektifnya.

Tentu saja, Anda memerlukan Cinta Spiritual. Ini akan membantu untuk mengangkat jiwa Anda dan menyingkirkan kesepian yang Anda rasakan. Ia juga akan membantu untuk memperkuat rasa iba Anda sehingga Anda dapat melihat sesuatu lebih dari tingkatan Cinta Suci. Cinta Suci juga membawa kesenangan spiritual.

Barangkali energi yang paling membantu dari semuanya adalah sinar lembayung dari perdamaian spiritual. Jika Anda punya waktu untuk bekerja hanya dengan satu cahaya, maka gunakan cahaya perdamaian yang tegas. Ketika Anda kehilangan seseorang, maka biasanya diiringi dengan perasaan shock, dan sinar ini dapat mencapai jauh ke dalam jiwa Anda untuk menenangkan dan menyejukkan jiwa Anda. Biasanya juga ada rangsangan untuk bertindak tergesa-gesa; sinar ini dapat menempatkan Anda pada sebuah tempat yang tenang dan tenteram di mana Anda dapat melihat sesuatu dengan lebih jelas.

Setelah Anda menyelesaikan meditasi Anda dengan cahaya, maka Anda siap untuk mulai menggunakan cahaya dalam kehidupan Anda. Isilah hari-hari Anda dengan pikiran-pikiran dan pengalaman-pengalaman baru yang segar. Kelilingi diri Anda dengan orang-orang yang mendukung Anda dan yang berpikiran positif. Tegaskan kembali hubungan Anda dengan Tuhan. Cobalah untuk merasakan kembali kesenangan setelah kepergian seseorang. Ingatlah, untuk tidak terlalu menutup diri. Setiap orang menghadapi kesedihan dengan caranya masing-masing. Ada orang-orang yang ingin ikut mati setelah kehilangan seseorang yang dikasihi. Mereka mempunyai keyakinan yang keliru yaitu kematian akan membawa mereka lebih dekat dengan orang yang dikasihi yang telah meninggal dunia. Berkumpullah dan carilah teman yang bisa menolong. Jika Anda

mempunyai berbagai persoalan yang tidak terpecahkan sehubungan dengan kehilangan orang yang begitu dikasihi, bersabarlah. Hanya karena persoalan-persoalan tersebut tidak lagi berada di dalam tubuhnya, maka bukan berarti Anda tidak dapat melakukan sesuatu.

Rasa Takut

Dari semua emosi negatif, rasa takut merupakan salah satu halangan terbesar untuk mencapai tujuan spiritual. Rasa takut dapat menembus ke bagian yang sangat inti dari tubuh Anda, dan melumpuhkan Anda. Rasa benci dapat memicu Anda untuk melakukan tindakan negatif, sedangkan rasa takut sama sekali tidak mendorong kepada suatu tindakan. Bagaimana Anda dapat memperoleh kemajuan dan meneruskan hidup yang Anda inginkan jika Anda takut untuk mengambil inisiatif?

Rasa takut masuk hingga ke tingkat insting dari kesadaran Anda. Namun, rasa takut yang Anda rasakan tidak mesti rasa takut yang besar. Bisa jadi hanya rasa takut sedikit yang kemudian menjadi terakumulasi, bahkan tanpa disadari saat awal kemunculannya. Rasa takut itu semakin lama semakin bertambah. Anda dapat merasa takut akan sesuatu yang sangat nyata atau mempunyai ketakutan yang mengganggu emosi di mana situasi yang tak bersalah dapat mencetuskan teror. Jika hal ini berlangsung lama, rasa takut dapat memelihara emosi yang berkaitan seperti khawatir atau gelisah dan depresi. Dari semua emosi yang terburuk, rasa takut dapat lebih memelihara kegelisahan.

Untuk takut pada sesuatu, Anda harus melihat diri Anda terpisah dari Sumber Ketuhanan Anda. Rasa takut, dengan sifatnya yang sangat alami, menciptakan sebuah rasa keterpisahan (tersendiri). Ketika Anda mengkhawatirkan sesuatu, berarti Anda yakin bahwa sesuatu atau seseorang mempunyai kekuatan terhadap Anda, dan bahwa Anda tidak punya kekuatan untuk melakukan apapun tentang hal itu. Jika Anda kembali ke sudut pandang spiritual, Anda dapat lebih mudah melihat pikiran yang keliru. Jika Anda merupakan bagian pokok dari Sumber Spiritual yang menciptakan dunia, bagaimana bisa ada kekuatan lain yang lebih besar dibandingkan Sumber Spiritual tersebut? Tidak akan ada.

Rasa keterpisahan ini, sekali lagi, merupakan konsepsi yang bersifat *fisik*. Dalam dunia spiritual, Anda merupakan bagian dari Tuhan. Anda

berada "di bawah bayangan Yang Maha Kuasa." Tak ada keterpisahan dalam dunia Ketuhanan. Hanya ada satu Sumber yang menyatukan, dan penuh kekuatan. Ini bukan berarti Anda tidak bisa melakukan tindakan pencegahan atas apa yang akan terjadi; dan ini berarti pula bahwa Anda bukan berasal dari suatu tempat yang menakutkan dan menggetarkan. Pada tingkatan di mana Anda berada dalam keesaan Tuhan Anda, apakah Anda percaya dan punya keberanian. Anda akan menghadapi kebalikan dari keberanian dan kekuatan yang dinamis. Lihatlah kehidupan Saint Francis, yang dapat menjinakkan serigala dan akhirnya menjadi temannya. Francis adalah orang yang lembut, namun ia mampu untuk menyelamatkan seluruh desa dari predator yang ganas tanpa pertumpahan darah. Jika laki-laki tadi takut terhadap apa yang mungkin bisa dilakukan serigala padanya, apa yang akan terjadi kemudian?

Anda harus menghadapi rasa takut, agar dapat mengatasinya. Kebanyakan orang hanya akan melakukan sesuatu untuk menghindari sebuah kondisi atau situasi yang membuat mereka takut. Jangan pernah membiarkan rasa takut bersemayam dalam diri Anda, karena akan menutup akal sehat Anda dan menghambat Anda dalam membuat suatu keputusan.

Anda akan memerlukan banyak kekuatan spiritual untuk mengeluarkan rasa takut. Mulailah dengan bertanya pada diri sendiri: Apakah yang saya takutkan adalah kondisi yang nyata atau hanya imajinasi? Kuncinya disini adalah mencoba untuk mengidentifikasi pengalaman dan pikiran orisinal yang menciptakan ketakutan. Begitu semuanya jelas, maka Anda akan tahu di mana akan memulai.

Rasa takut muncul dengan sangat jelas dalam aura sebagai energi kelabu, kebanyakan dalam pusat emosional. Ia dapat memindahkan gerakan yang memutar dan tidak tetap dari semua turbulensi emosi yang terlibat. Ketika seseorang mengalami rasa takut yang amat sangat, maka saya melihat seluruh berkas ini berputar mengelilingi auranya. Orang yang sangat ketakutan juga akan kehilangan beberapa energi yang dinamis dan meringankan pikiran, seperti energi yang berwarna emas, oranye dan merah.

Dalam bekerja dengan energi, datangkanlah sinar api merah-oranye dan api putih biru untuk melakukan pembersihan dan membangun aura Anda. Anda memerlukan api merah oranye untuk menembus ke semua pikiran, pengalaman dan sensasi yang menghasilkan ketakutan. Proses ini

mungkin akan melepaskan beberapa gambaran yang sangat spesifik yang membangkitkan emosi. Jika demikian, niatkan agar hal-hal tersebut dapat dilepaskan dari kesadaran Anda. Setelah selesai, datangkanlah api putih-biru.

Pengalaman yang menakutkan cenderung menyulitkan Anda untuk bekerja secara spiritual, apalagi kalau Anda tetap mempertahankan energi yang membawa rasa takut itu. Mohonlah agar sinar hijau emerald menyentuh ke dalam pusat-pusat dan tubuh secara keseluruhan, terutama tubuh emosional Anda, yang dapat memberikan keseimbangan jiwa, tubuh dan pikiran.

Kini Anda harus membangun aura dengan cahaya keemasan. Warna emas akan membantu Anda mengembangkan keyakinan, keberanian dan kekuatan. Datangkan sinar cahaya ini untuk membangun cahaya yang dinamis. Rasa kurang percayalah yang membuat Anda merasa takut untuk memulai, tetapi ketika Anda dalam kesatuan dengan Tuhan, maka Anda merasa tak ada yang perlu ditakutkan. Anda akan mampu mengatasi situasi dengan bijaksana dan langkah yang pasti. Cahaya keemasan akan membantu Anda untuk memperoleh kembali rasa percaya diri itu.

Apabila Anda telah memperoleh kekuatan spiritual, maka energi tersebut harus Anda pergunakan. Anda harus mengatasi rasa takut satu demi satu, dan tetap mengakui kekuatan Tuhan. Penegasan spiritual merupakan bantuan besar yang memulihkan rasa percaya diri dan keberanian (lihat Bab 13). Gunakan energi berwarna emas sesering yang Anda perlukan untuk membangun kembali sinar keemasan tersebut dan keyakinan kepada Tuhan, sehingga pada akhinya Anda akan mampu mengatasi rasa takut.

Kecemasan

Di dalam aura, kecemasan dan ketakutan muncul dalam bentuk yang sangat mirip. Energi berwarna abu-abu paling dominan dalam kedua kondisi tersebut, tetapi dalam kecemasan abu-abunya berwarna lebih muda dan tidak begitu menyesakkan napas. Jika kecemasan sudah kronis, maka warna yang muncul seperti noda atau titik-titik abu-abu.

Beberapa orang mempunyai kebiasaan untuk merasa cemas. Mereka merasa cemas saat mengerjakan sesuatu, dan mempertahankan perasaan

itu karena merasa tidak siap dalam mengerjakan sesuatu, meski sebenarnya tidak sepenuhnya begitu. Ketika Anda merasa cemas, diri Anda akan merasa sangat lelah yang akhirnya mengharuskan Anda untuk santai, dan dalam kondisi santai, maka jawaban-jawaban yang Anda inginkan akan datang.

Ketika Anda merasa cemas, Anda akan mengekpresikan kurangnya kepercayaan spiritual atau kurangnya keyakinan terhadap kemampuan diri sendiri. Jika Anda menyatu dengan Tuhan, kemudian Anda tahu pasti bahwa Tuhan akan mengabulkan permintaan Anda. Jika Anda benar-benar percaya padaTuhan, maka Anda tidak akan merasa cemas. Jika Anda tidak merasa yakin tentang apa yang akan dilakukan dalam hidup, maka Anda perlu berkonsultasi dengan Diri-yang-Lebih-Tinggi Anda untuk menerima bimbingan Tuhan atau (lihat Bab 10) bersabarlah untuk menunggu bimbingan itu. Anda dapat melakukan banyak hal dengan diri sendiri. Anda adalah penghubung kepada siapa Tuhan bekerja—yang semuanya diharapkan dari Anda. Orang seringkali berharap terlalu banyak dari dirinya dan menjadi stress ketika jawabannya tidak datang. Jika Anda terlalu cemas, Anda akan menghalangi aliran cahaya. Jika Anda benar-benar menginginkan pemecahan atas sesuatu, tetap tenang dan menerima.

Ikutilah langkah yang sama dengan yang telah diuraikan di atas, untuk menghilangkan ketakutan, dan membersihkan aura Anda dari kecemasan. Apabila kecemasan merupakan suatu kebiasaan, maka Anda tidak harus menggunakan sinar hijau emerald. Setelah Anda selesai, datangkanlah api putih-biru.

Kemudian bekerjalah dengan sinar keemasan untuk meningkatkan keyakinan dan kepercayaan spiritual kepada Tuhan.

Kemudian Anda benar-benar harus melatih diri sendiri, sehingga kapan pun kondisi tersebut muncul dan mengharuskan Anda untuk melakukan sesuatu dan membuat keputusan, pola-pola lama dari kekhawatiran tersebut tidak terjadi. Begitu Anda mulai untuk benar-benar membangun sifat dinamis, maka berbagai kecemasan akan hilang.

Kebanggaan

Telah dikatakan bahwa salah satu dosa besar pertama yang dilakukan adalah diilhami oleh kebanggaan. Sepanjang sejarah, kebanggaan telah menyebabkan begitu banyak perselisihan, namun banyak orang

menganggap kebanggaan sebagai sifat yang positif. Mereka bertanya, "Mengapa tidak boleh merasa bangga dengan apa yang sudah dapat diselesaikan dengan baik? Jika saya bekerja keras untuk mendapatkan sesuatu, saya harus merasa bangga terhadap apa yang sudah saya lakukan." Dari titik pandang kemanusiaan, dan fisik secara murni, ini tampaknya dapat dipahami, tetapi bila kita melihat lebih dalam pada akar spiritual, maka ada kesalahan mendasar dalam pemikiran ini. Kebanggaan adalah suatu perasaan memuaskan diri sendiri *(self-accomplishment)*. Kata kuncinya disini adalah diri dan dalam "diri" sehingga Anda dapat dikelabui. Ketika Anda mengakui dan memberi selamat pada diri sendiri sebagai pencipta dari apa yang telah Anda capai, dan Anda menempatkan diri Anda sebagai penciptanya. Ini akan menjauhkan Anda dari kesadaran akan Tuhan dan memberikan Anda rasa merdeka dan tidak terhubung dengan Sumber yang Suci. Jika Anda terus berada dalam kondisi ini, maka Anda pasti akan membangun ilusi dari rasa superioritas Anda terhadap yang lain, yang dapat membawa Anda segera pada sifat arogan.

Kepercayaan spiritual yang hilang dalam rasa bangga adalah kerendahan hati—pemahaman terhadap hubungan Anda dengan Tuhan. Hubungan ini tidak selalu mudah untuk dilakukan. Bahkan ada orang-orang yang merasa apa yang telah dicapainya adalah karena kemampuan dirinya, bahkan mereka tidak merasa bahwa campur tangan Tuhan ada di balik semua keberhasilan tersebut. Namun sebenarnya, Tuhanlah yang mengijinkan hal itu terjadi melalui kekuatan spiritual yang dialirkan pada Anda, sehingga janganlah menyebut kekuatan ini sebagai milik Anda sendiri.

Ketika Anda dapat berhubungan dengan Tuhan, beberapa hal akan terjadi pada Anda, dan apabila Anda tidak berhati-hati, maka Anda akan mulai menyatakan bahwa keberhasilan yang Anda capai sebagai milik Anda, atau bahkan merupakan kehendak Tuhan bahwa Anda menjadi orang yang mengagumkan. Ini merupakan ujian besar untuk melihat apakah Anda benar-benar mengerti hubungan antara Anda dengan sifat Suci Anda. Ketika Anda mulai mengakui akar spiritual Anda sebagai kekuatan yang mempertahankan hidup, di balik semua pencapaian Anda dan memberikan semua pujian dan kemuliaan kepada Sumber yang Suci, maka berarti Anda telah mampu mengatasi rasa bangga dan berlaku rendah hati.

Beberapa orang merasakan hal yang berat untuk menerima kerendahan hati karena mereka pikir menjadi rendah hati atau bersahaja merupakan bentuk penurunan nilai atau sebagai penghinaan terhadap martabat mereka.

Mereka bingung bagaimana menjadi rendah hati secara spiritual, karena hal ini menyebabkan mereka menjadi merasa terhina. Kebingungan ini dapat dipahami karena cara penggunaan kata yang sering kali tidak tepat. Namun sebenarnya kerendahan hati berlawanan artinya dengan penurunan nilai. Kebersahajan spiritual adalah melihat diri sendiri di mana Anda berada dalam skema spiritual dari segala sesuatu—sebagai sebuah instrumen. Jika ada, kebersahajaan sejati menciptakan rasa kepantasan yang lebih besar, karena Anda mengerti betapa mulianya Anda di mata Tuhan.

Orang Yunani mempunyai sebuah kata ketika kebanggaan memberikan hal yang terbaik dari Anda. Mereka menyebutnya *hybris* yang diambil dari ungkapan bahasa Inggris "hubris" (suka menguasai kebanggaan). Setiap orang merasakan "hubris" ini pada waktu-waktu tertentu.

Kebanggaan biasanya muncul dalam aura seperti energi hijau alpokat yang terdistorsi dan oranye membara yang memancar dari tubuh emosional dalam gerakan yang tersentak-sentak. Mulailah kerja cahaya Anda dengan api merah-oranye. Anda akan merasakan sedikit resistensi dari energi ini, terutama jika ego diri Anda telah memiliki rasa bangga yang begitu tinggi terhadap bakat dan hasil yang Anda capai.

Ketika Anda mengikuti sinar api putih-biru, rasakan bagaimana kekuatan suci ini menjadi sumber sesungguhnya dari kekuatan hidup Anda.

Begitu hal tersebut sudah selesai dilakukan, maka hal penting yang harus dicapai adalah keseimbangan, karena jika Anda bertindak di bawah delusi kebanggaan, maka Anda berada di luar irama nadi spiritual. Energi hijau emerald dapat membantu Anda untuk mengembalikannya ke dalam keselarasan dengan aliran Tuhan.

Selain bekerja dengan sinar hijau yang harmonis, Anda juga perlu bekerja dengan cahaya putih agar Anda bisa kembali ke pemahaman spiritual dari hubungan Anda dengan Tuhan. Anda juga dapat bekerja dengan cahaya keemasan jika dirasakan ada perlawanan dan memerlukan kekuatan yang lebih dinamis untuk membentuk kesadaran ini dalam diri Anda.

Selesaikanlah proses di atas dengan menggunakan sinar merah muda mawar yang tegas untuk menghasilkan lebih banyak kebersahajaan

spiritual, melalui alirannya yang bersifat ingin menghibur orang lain dan ramah. Ketika Anda merasa sangat bangga, maka Anda menjauhkan diri dari orang lain, menempatkan diri sendiri dalam kategori khusus, sehingga Anda akan perlu mengembalikan diri Anda pada kesatuan dan keesaan dengan Tuhan dan lainnya.

Dalam bekerja dengan cahaya, Anda dapat memulainya dengan memberikan "puji-pujian" pada Tuhan, dan berterima kasih pada-Nya karena mengijinkan Anda untuk menyalurkan semua kebaikan dalam kehidupan Anda. Jika Anda mendapatkan kesuksesan yang besar, berikan pujian pada Tuhan. Carilah berbagai cara yang dapat mengilhami Anda untuk mencapai jalan yang lurus dalam kehidupan. Jika Anda sedang menghadapi kegagalan atau kesulitan, maka melukai rasa harga diri tidak akan memberikan sesuatu yang lebih baik pada Anda. Dalam hal ini, Anda memerlukan sejumlah penguatan, untuk dapat mempertahankan pikiran Anda agar tetap fokus pada keutamaan spiritual.

Rasa bangga tidak mudah untuk dihilangkan. Bahkan Anda mempunyai saat-saat yang sulit untuk mengakuinya sebagai sesuatu yang perlu diatasi. Dalam hal ini, bekerja dengan cahaya akan dapat membantu untuk mengatasinya dan belajarlah untuk dapat merangkul kerendahan hati. Ben Franklin menempatkan rasa bangga dengan sangat baik ketika ia mengatakan, "Saya tidak mengira bahwa saya dapat menjadi rendah hati, karena dengan demikian berarti saya telah mampu mengatasi rasa bangga terhadap diri saya."

Gambar 2-2: **Bagian-bagian Aura, A-C**

Gambar 2-2: **Bagian-bagian Aura, D-F**

Gambar 2-4: Pancaran Pusat Energi

Gambar 2-5: Aura yang Bercampur

Gambar 2-6: **Aura yang Berpindah**

Gambar 2-7: **Aura yang Cerah**

Gambar 3-1: **Tabel Warna-warna Aura**

Gambar 3-2: **Cinta yang Romantis**

Gambar 3-3: **Kecerdasan**

Gambar 3-4: **Kebencian**

Gambar 3-5: **Kemarahan**

Gambar 3-6: **Kesadaran akan Kekayaan**

Gambar 3-7: **Kesadaran akan Kemiskinan**

Gambar 3-8: **Rasa Takut**

Gambar 3-9: **Pencari Spiritual**

Gambar 4-1: **Titik Diri yang Lebih Tinggi dari Pemahaman Spiritual**

Gambar 4-4: **Proses Pencahayaan Selama Meditasi**

Gambar 5-1: **Cahaya Segera Setelah Meditasi**

Gambar 5-2: **Pelepasan Depresi dengan Energi Spiritual**

BAB

8

Memperbaiki Kondisi Pribadi

Dalam skema besar evolusi manusia, bumi diibaratkan sebagai gedung sekolah bagi pembelajaran spiritual. Dan kita adalah pelajar yang sedang belajar tentang hal-hal yang disediakan oleh gedung sekolah ini. Di balik segala urusan yang kita hadapi dari hari ke hari dan selalu berkaitan dengan orang lain, sesungguhnya ada tujuan dari interaksi ini—yaitu menumbuhan spiritual dalam diri kita. Bumi adalah lahan uji coba dari semangat spiritual kita. Inilah laboratorium keilahian tempat kita mengembangkan dan membuka jiwa kita. Dengan misi seperti itu, maka setiap tindakan memuat unsur keilahian, terlepas dari besar atau kecilnya hal tersebut.

Segala urusan yang kita hadapi setiap hari juga memberikan lahan uji coba bagi Cahaya Keilahian. Dan kita memerlukan seperangkat cahaya spiritual untuk bekerja. Sebagaimana kita ketahui, Cahaya Keilahian adalah kunci untuk meraih sukses dalam melakukan berbagai upaya di dunia ini. Untuk menciptakan setiap kondisi dalam hidup kita, maka aura kita harus mempunyai energi untuk melakukannya. Seandainya energi tersebut tidak ada dalam diri kita, maka kita harus membangkitkan kekuatan spiritual, sehingga energi tersebut dapat menjadi bagian dari diri kita.

Saya telah banyak bekerja dengan orang-orang terkenal dan sukses, di mana energi kesuksesan dan kepopuleran mereka terlihat jelas dari aura

mereka. Dan keberhasilan yang mereka peroleh bukanlah tanpa sengaja. Mereka memiliki talenta yang sudah menyatu dalam dirinya—atau sudah ada dalam aura mereka. Oleh karena itu, bukanlah suatu keajaiban alam bila Mozart menjadi seorang musisi ternama atau da Vinci mampu melukis *Mona Lisa*. Dengan cara yang sama, bukan karena buah apel yang jatuh di kepalanya, sehingga Newton bisa menciptakan konsep gaya berat (*gravity*). Keberhasilan dari orang-orang hebat, baik laki-laki dan perempuan, dilahirkan dari kekuatan spiritual, dan keinginan mereka yang besar untuk menggunakan kekuatan tersebut guna menghasilkan karya yang besar.

Pusat Hermetik dalam aura kita merupakan inti dari seluruh hubungan yang ada dan urusan keduniawian kita. (Ketika saya mengatakan urusan keduniawian, yang saya maksud adalah urusan duniawi *pribadi* kita). Pusat ini bertanggung jawab untuk mengatur energi spiritual sebagai kekuatan dalam melakukan berbagai tindakan. Seluruh kondisi keduniawian kita direfleksikan dengan cara tertentu di pusat ini. Ini artinya berbagai hubungan kita, pekerjaan kita, keuangan kita, dan kehidupan personal dan spiritual kita semuanya bertemu di sini. Dalam aliran yang bersifat energetik, kita merupakan pusat dari dunia kita sendiri—bukan dunia semesta ini.

Untuk mengendalikan seluruh aktivitas kehidupan, Pusat Hermetik memiliki dua belas sinar kekuatan tetap, yang mewakili dua belas urusan keduniawian kita. Kita harus mempertahankan aliran sinar-sinar ini agar tetap bergerak dengan lancar, jika kita ingin mengeluarkan apa yang ada di hati dan pikiran kita agar bermanfaat bagi kehidupan. Pusat Hermetik mempunyai tugas yang cukup berat, sehingga ia mudah berada dalam kondisi terbebani. Dan kondisi tersebut dapat kita rasakan. Kita merasa tidak berdaya dan tidak berarti di tengah-tengah seluruh kegiatan yang dilakukan. Pusat Hermetik menjadi kabur tertutup awan cahaya kegelapan. Kondisi ini menyebabkab ia sulit untuk menciptakan berbagai hal dalam kehidupan, dan dirasakan seperti memadamkan api berkali-kali. Sulit untuk memiliki rasa iba pada orang lain karena hati "terlalu terbebani" dengan berbagai energi negatif.

Sebagaimana halnya dengan pusat-pusat lainnya, kita mesti bekerja ekstra keras untuk mengupayakan agar Pusat Hermetik tetap bergerak, terang dan jernih, bahkan saat kondisi di sekitar kita sedang kacau. Kita

tidak selalu dapat mengendalikan apa yang terjadi dalam kehidupan kita, tetapi kita mempunyai kendali sepenuhnya terhadap tanggapan yang diberikan terhadap kondisi tersebut. Banyak orang membuat kesalahan besar dalam menanggapi kehidupan yang menimpa dirinya, dibandingkan dengan bagaimana menangani tantangan yang tidak dapat dielakkan. Jika kita menghadapi situasi sulit dengan keteguhan hati, tabah, dan rendah hati, justru akan memperkuat dan mencerahkan warna-warna karakter kita, melalui berbagai tindakan kita. Dan, dengan tindakan inilah kita dapat membangun cahaya aura.

Jadi, langkah pertama untuk membersihkan pusat ini adalah terus menjaga keharmonisan dan irama keilahian diri kita, dan tidak menyimpan permasalahan duniawi. Penting bagi kita untuk bertangung jawab atas bagian aura ini. Perlu diperhatikan bahwa Pusat Hermetik selain menjadi pusat dari urusan keduniawian kita juga merupakan pusat dari jiwa. Ini bukanlah suatu kebetulan. Keberadaannya membuat jiwa dapat menyerap seluruh pengalaman dan pelajaran hidup agar bisa tumbuh dan berkembang.

Sudah tentu, kita tidak boleh mengabaikan segala peristiwa yang terjadi di luar dunia. Kita harus berdoa dan berusaha agar dunia menjadi lebih baik dan lebih menyenangkan. Namun, kita tidak boleh beranggapan bahwa segala yang terjadi di dunia ini adalah karena hasil kerja kita. Seandainya kita diperbudak dunia, maka kita akan melakukan kegiatan sesuai dengan apa yang diperlukan dunia, dan kesetiaan kita hanya kepada dunia, bukan kepada Tuhan. Kesetiaan utama kita haruslah kepada Tuhan, bukan kepada manusia atau dunianya sendiri. Kita hidup bersama manusia lain, tetapi Tuhan yang menciptakan kita. Tuhan yang menjaga kita, dan kepada Tuhanlah suatu saat nanti kita akan kembali.

Kita mudah untuk menaruh kepercayaan pada orang yang menjadi panutan, apalagi kalau orang tersebut dekat dengan kita. Jika orang itu adalah bos atau pimpinan saya, maka saya dapat dengan mudah melihatnya sebagai sumber pendapatan saya. Jika karena suatu hal saya menyakiti orang itu, maka saya akan kehilangan pekerjaan, dan tentunya juga pendapatan. Dalam hal ini, saya menjadi ingin tahu, "Di mana takdir Tuhan dalam situasi seperti ini?"

Dari sudut pandang spiritual, pimpinan saya dapat dikatakan sebagai alat atau instrumen bagi Tuhan untuk memberikan anugerah kemakmuran

kepada saya. Dalam hal ini, ada perbedaan yang nyata antara *instrumen* dan *sumber* dari sesuatu. Jika saya melihat Tuhan sebagai sumber dan pimpinan saya sebagai instrumen, maka fokus saya pun berubah. Saya masih menghormati pimpinan saya, namun saya mengerti bahwa jika hubungan antara pekerja dan pimpinan terputus karena sebab tertentu, maka hubungan spiritual saya dengan Tuhan masih ada. Tuhan masih dapat memberikan saluran lain sebagai pengganti instrumen untuk menyalurkan anugerah-Nya.

Melalui latihan terus-menerus kita akan dapat mengetahui bahwa masalah dalam kehidupan adalah karena ulah manusia sendiri—bukan karena Tuhan. Seringkali kita menyalahkan Tuhan atas segala yang terjadi atau yang tidak kita harapkan. Padahal, manusialah yang merusak itu semua. Jadi, mengapa kita menyandarkan diri pada sesama manusia untuk mencari jawaban bila orang itu pun termasuk salah satu sumber permasalahan? Hukum dasar dari kehidupan spiritual, yaitu Perintah Tuhan yang Pertama, adalah: Dahulukan mengabdi pada Tuhan. Bila kita mengabdi pada Tuhan, berarti kita juga melayani sesama manusia sebagai bentuk perwujudan cinta kita kepada Tuhan.

Kunci untuk keselarasan Pusat Hermetik adalah memastikan bahwa pusat ini *bergerak searah dengan putaran jarum jam*. Anda menginginkan semua pusat yang ada di dalam diri berjalan searah dengan putaran jarum jam, terutama untuk Pusat Hermetik. Jika Anda tidak yakin bahwa semuanya berjalan dengan semestinya, lihatlah kembali Langkah 3 dari meditasi Diri-yang-Lebih-Tinggi. Jika pusat ini bergerak tidak sesuai semestinya, berarti ada sesuatu yang "berhenti" dalam pribadi Anda, akibatnya Anda akan menghadapi masalah. Ada banyak sekali gangguan yang menyebabkan pusat Anda bergerak berlawanan dengan arah putaran jarum jam. Hal ini biasanya disebabkan adanya krisis dalam diri Anda. Perbedaan pendapat yang serius dengan pasangan Anda, permasalahan keuangan yang pelik, kekeliruan yang disengaja—semuanya dapat menyebabkan terhentinya gerakan pada pusat ini. Dan jika salah satu aspek dari kehidupan Anda terhenti, maka ketidaksesuaian tersebut dapat menyebar ke aspek lain. Misalnya, karir Anda mungkin sedang naik, tetapi jika Anda mempunyai masalah di rumah yang tidak dapat diatasi, maka hal itu dapat membawa dampak pada pekerjaan Anda.

Ketika pusat ini begerak sesuai aturan atau searah dengan jarum jam, pancaran cahaya yang keluar terlihat begitu indah. Pancaran sinar yang energetik dapat diperluas sampai ke seluruh tubuh, tergantung dari perkembangan setiap individu. Ketika pusat ini bergerak berlawanan dengan arah putaran jarum jam, maka cahayanya pun tidak dapat bersinar jauh. Sepertinya ada yang menahan cahaya ini dan terlihat tercampur aduk. Yang pasti, warnamya terlihat begitu gelap.

Jika Anda menghadapi berbagai masalah dalam kehidupan, Pusat Hermetik akan tetap berputar sesuai arah jarum jam, namun Anda harus *benar-benar berupaya* untuk mengatasi masalah itu. Anda tidak dapat sekadar duduk manis dan mengharapkan ada keajaiban yang akan menyingkirkan berbagai masalah tersebut. Jika Anda mempunyai masalah dalam kehidupan, Anda harus dapat mengatasi masalah tersebut atau sungguh-sungguh mengupayakan cara untuk mempertahankan agar pusat tersebut bergerak searah dengan putaran jarum jam. Ini adalah cara Tuhan agar kita dapat terus bergerak dan aktif dan kembali kepada tuntunan Cahaya Ilahi. Bukan sebaliknya, kita hanya duduk di menara gading dan tidak melakukan apa pun untuk kehidupan kita, dan berpikir bahwa meditasi dan doa kita dapat melakukan itu semua. Jika seseorang datang kepada saya dengan membawa masalahnya, dan saya melihat Pusat Hermetiknya bergerak sesuai arah jarum jam, maka saya tidak akan terlalu berkosentrasi pada hal itu lagi. Saya tahu selama pusat itu masih bergerak sesuai arah jarum jam, maka orang itu masih baik-baik saja dan akan mampu mengatasi masalahnya, tanpa harus memperhatikan kehadirannya. Akan tetapi, ketika saya melihat pusat itu bergerak berlawanan dengan arah jarum jam, saya tahu ada sesuatu yang harus dilakukan oleh orang itu, dan yang bersangkutan harus menjadikan hal tersebut sebagai prioritas utama.

Anda dapat menggunakan cahaya untuk mempercepat pemulihan pusat ini dan membawanya menuju ke arah yang lebih spiritual. Mulailah bermeditasi dengan pembersihan secara umum untuk membantu menghilangkan berbagai energi kusut yang dapat menyerap aliran spiritual Anda dan menjadikan halangan di dalam diri Anda. Cahaya tersebut juga akan membantu menyelaraskan dan mengatur berbagai aktivitas Anda.

Untuk menyelesaikan proses pembersihan atau pemurnian, datang-kanlah sinar api putih biru. Rasakan sentuhan kekuatan kehidupan dalam

seluruh wilayah urusan Anda, tariklah energi keilahian yang baru untuk membawa Anda dalam kehidupan yang lebih menyegarkan.

Sinar hijau emerald adalah salah satu sinar yang paling pokok yang dapat Anda gunakan dalam pusat ini. Meskipun sinar hijau emerald sudah menjadi bagian dari pusat ini, Anda tetap akan menggunakan banyak energi ini untuk mempertahankan keselarasan kegiatan Anda.

Selain sinar hijau emerald, saya juga merekomendaikan penggunaan cahaya putih untuk menenangkan hati dan memberikan getaran suci pada pusat ini. Mungkin Anda sering merasakan kurangnya getaran suci ini akibat begitu banyak kegiatan keduniawian yang dilakukan.

Kita terkadang dihadapkan pada situasi tertentu secara tiba-tiba. Jika Anda berada dalam situasi seperti ini, saya rekomendasikan untuk mulai bekerja dengan energi lembayung yang tegas untuk menenangkan kesadaran Anda. Sekalipun Anda tidak punya waktu untuk mendatangkan sinar yang lain. Datangkanlah sinar kedamaian yang akan membantu melembutkan unsur yang shock itu sehingga Anda dapar berpikir dengan lebih jelas.

Membangkitkan Kemakmuran

Sekarang saya ingin memfokuskan pada salah satu cabang dari Pusat Hermetik, yaitu kemakmuran. Kita akan membahas tentang uang yang kita peroleh, yang kita simpan dan kita pergunakan dalam kehidupan kita. Uang memfasilitasi berbagai kegiatan harian kita sehingga beberapa di antara kita melihat uang sebagai salah satu dari berbagai prinsip dasar dalam menjalankan kehidupan. Meskipun dalam hal ini uang merupakan pusat perhatian, namun umumnya kita tidak sepenuhnya mengerti cara kerja spiritual yang berkaitan dengan uang. Sehingga, tidaklah heran jika kita sering mempunyai masalah dengan keuangan.

Untuk memahami bagaimana cara bekerja dengan energi spiritual guna membangkitkan penyaluran dan kesadaran untuk menyalurkan, maka kita perlu melihat pada prinsip-prinsip spiritual dasar kemakmuran. Kemakmuran tidak hanya dibatasi oleh keuangan. Kita dapat menikmati kekayaan ide, kaya teman dan persahabatan, dan kaya akan kesempatan untuk mengekspresikan diri. Namun, dalam hal ini, kita akan memberikan perhatian pada kemakmuran yang berhubungan dengan keuangan dan penyaluran uang kita.

Di mana Anda Berada di Situlah Kemakmuran Anda

Ini merupakan prinsip pertama dari penyaluran. Prinsip ini berarti bahwa semua kemakmuran yang Anda perlukan sudah ada di diri Anda, sehingga Anda tidak perlu mencari di luar diri Anda. Kemakmuran ada dalam diri Anda sekalipun ia tidak menunjukkan dirinya dalam dunia di luar Anda.

Dilihat dari sudut pandang spiritual, semua perwujudan fisik merupakan hasil dari proses spiritual yang ada di dalam diri kita. Semua ekspresi kekayaan secara fisik berasal dari akar spiritual inti kemakmuran. Kekayaan dan penyaluran kekayaan berasal dari dunia spiritual. Dengan menyentuh inti spiritual Anda, berarti sumber keilahian yang ada dalam diri Anda tersentuh sehingga memunculkan keinginan untuk menyalurkan kekayaan yang Anda miliki. Penyaluran ini dapat terwujud dalam berbagai cara, baik melalui orang atau pekerjan. Sumber kemakmuran Anda yang sejati adalah selalu menyertai Tuhan dalam diri Anda. Apabila Anda melihat dunia luar untuk mendapatkan keberuntungan, maka sukses Anda akan menjadi tidak pasti.

Untuk mengaktifkan kekuatan spiritual kekayaan, Tuhan memberi Anda sinar kekuatan yang spesial. Satu dari dua belas sinar kekuatan dalam urusan duniawi adalah sinar penyaluran berwarna hijau biru. Sinar kekuatan ini memberi Anda lompatan awal yang Anda butuhkan untuk mewujudkan prinsip-prinsip kemakmuran ke dalam tindakan. Tanpa sinar ini, Anda akan kesulitan untuk menarik kekuatan spiritual untuk menciptakan apa yang Anda butuhkan. Dengan kata lain, memiliki kesadaran untuk menyalurkan kekayaan dan memiliki cukup kekuatan untuk mewujudkan kekayaan itu adalah dua hal yang berbeda. Anda membangun kesadaran untuk menyalurkan kekayaan, dalam pusat mental Anda, tetapi jika ada kesulitan untuk mewujudkannya, biasanya lebih disebabkan adanya masalah dalam satu pusat atau yang lainnya.

Sinar hijau biru ini selalu ada dalam diri Anda, tak peduli apakah Anda menggunakannya atau tidak. Anda dapat menderita karena kelaparan atau tidak memiliki tempat tinggal, dan sinar ini akan tetap bersama Anda. Masalahnya adalah Anda menggunakan kekuatan tersebut atau tidak. Ketika saya masih kecil dan tinggal di Minot, North Dakota, ada seorang wanita yang berjalan mengelilingi kota seperti seorang peminta-minta, untuk mendapatkan sedikit uang. Namun kondisinya saat ini sudah

terbalik, ia telah memiliki segala yang diinginkannya. Kondisi yang agak dramatis ini mungkin banyak ditemukan di sekitar kita. Meskipun dikaruniai dengan kekuatan yang tidak terbatas dan berpotensi untuk menjadi kaya, kita seringkali memilih untuk hidup seolah-olah kita tidak seperti itu.

Tantangan hidup terbesar adalah bagaimana mengendalikan kemakmuran. Uang adalah sebuah bentuk dari energi. Ia mewakili kekuatan Bumi, dan dengan menguasai seni kekuatan Bumi, berarti Anda memiliki kapasitas untuk mengatasi kekuatan keilahian yang lebih besar. Kekayaan tidak terlalu menjadi masalah bagi mereka yang sudah terbiasa dengan kondisi ini. Apapun yang diperlukan dapat langsung dimunculkan melalui pikiran dan keinginan. Untuk mengembangkan kesadaran jenis ini, maka pertama kali kita harus bekerja dalam media fisika, hingga kita dapat menguasai kondisi yang kini sedang kita hadapi.

Apa artinya menguasai pelajaran tentang kemakmuran? Apakah ini berarti pengumpulan sejumlah uang. Menjadi seorang raja atau orang yang kaya di dunia?

Tujuan dari penguasaan kemakmuran adalah untuk mencapai suatu titik di mana Anda mengetahui letak pusat penyaluran dalam diri Anda, dan dapat memperolehnya kapan pun Anda memerlukannya. Pemahaman ini bukannya penegasan atas sesuatu yang tidak jelas, tetapi merupakan pemahaman yang mendalam tentang hal tersebut. Begitu Anda 'sampai' pada pemahaman keilahian, maka Anda dapat mewujudkan apa yang Anda perlukan pada sat yang tepat. Namun, kondisi tersebut tidak selalu dapat diasumsikan sebagai bentuk kekayaan yang besar. Menjadi orang paling kaya di dunia bukan berarti Anda telah menguasai seni kemakmuran. Ternyata banyak orang yang hidupnya dilimpahi oleh kekayaan namun selalu merasa ketakutan bahwa uang mereka tidak cukup, atau akan diambil dari mereka entah dengan cara bagaimana. Kasus ini bukanlah contoh dari kesadaran keilahian tentang kekayaan. Ketika Anda berada dalam kondisi kaya yang sesungguhnya, tak menjadi masalah berapapun kekayaan yang Anda miliki, karena Anda akan selalu berhubungan langsung dengan sumber kekayaan yang sebenarnya. Jika Anda ingin membangkitkan kesadaran untuk menyalurkan kekayaan, maka Anda akan bisa melakukannya.

Memberi untuk Menerima

Prinsip besar yang kedua adalah pepatah bahwa, "Semakin banyak Anda memberi maka semakin banyak Anda akan menerima." Perhatikan kàta-kata *semakin banyak*. Semakin banyak Anda memberi, SEMAKIN BANYAK Anda akan menerima. Hal yang dimaksud bukannya *sama jumlahnya* yang akan Anda terima, atau sepadan dengan yang Anda berikan, tetapi *semakin banyak* Anda akan menerima. Prinsip-prinsip spiritual mengatakan bahwa jika Anda memberikan satu dolar, atau dua dolar, atau dalam bentuk apapun, maka apa yang sudah Anda berikan akan kembali pada Anda. Ketika Anda mulai memancarkan energi, maka Anda tidak hanya menciptakan kondisi untuk kembalinya energi tersebut, tetapi juga menciptakan berbagai kondisi untuk mengembalikan energi tersebut *berlipat ganda*. Ini merupakan hukum alam semesta yang hebat dan dapat bekerja di setiap tingkatan kehidupan. Dengan memberikan satu bantuan, maka melalui cara yang lain, Anda akan menerima dua bantuan ketika Anda memerlukannya. Prinsip penggandaan spiritual ini merupakan bagian dari prinsip kenaikan dalam evolusi spiritual dan kerja cahaya. Ketika Anda menapaki tangga kehidupan, tidak hanya cahaya Anda berkembang, tetapi perkembangannya adalah secara eksponensial.

Umumnya orang telah terlatih untuk berpikir sesuatu secara terbalik. Apabila orang telah mengumpulkan uang sebanyak-banyaknya dan kemudian menimbunnya, maka ia sangat enggan untuk membagi-bagikan uang tersebut. Ada ketakutan yang dirasakannya, yaitu rasa takut akan terjadi sesuatu pada uangnya. Tetapi apabila persediaan uang semakin menipis, kecenderungan apa yang akan dilakukan? Anda akan mempertahankan uang tersebut, bukan? Anda cenderung merasa takut akan kehilangan uang milik Anda yang tinggal sedikit tersebut. Tetapi rasa takut ini mempunyai efek yang berlawanan dari apa yang Anda inginkan. Dengan mempertahankan uang tersebut secara ketat, maka Anda sebenarnya sedang "mencoba menarik" kesadaran suplai Anda dan memastikan bahwa uang yang sedikit itu pasti untuk Anda.

Dalam hal ini saya tidak bermaksud untuk mengatakan belanjakan uang tersebut semau Anda. Jika dana yang Anda miliki ternyata hanya sedikit, tentu saja Anda harus berhemat, tetapi Anda tetap harus menghidupkan prinsip memberi.

Anda adalah Pengelola dari Pemberian Tuhan

Prinsip ini paling sering diabaikan. Prinsip ini menyatakan bahwa Anda merupakan saluran—bukan pemilik—dari kekayan dan pemberian Tuhan. Umumnya orang hanya memikirkan apa yang dimilikinya. Mereka tinggal di dalam rumah sendiri, mengendarai mobil sendiri dan mempunyai rekening bank sendiri, keluarga sendiri dan seterusnya. Sesungguhnya, mereka adalah pelayan dari semua hal-hal tersebut. Tidak ada di dunia ini yang merupakan milik Anda. Semua yang tampaknya sebagai milik Anda merupakan hasil dari dasar spiritual yang telah hidup jauh sebelum muncul dalam kehidupan Anda. Ini merupakan hasil kerja sama erat Anda dengan hukum spiritual kehidupan, sehingga memungkinkan Anda dapat menikmati situasi yang ada dan segala sesuatu yang Anda miliki.

Pemahaman terhadap hal ini dapat mengurangi stres yang dirasakan berkaitan dengan uang. Pertama, ia akan mengambil tanggung jawab dari pundak Anda. Selama Anda mengikuti hukum pemberian, maka Anda dapat berserah diri pada Tuhan. Rasa memiliki yang begitu kuat terhadap uang dapat dikurangi apabila Anda berlaku sebagai pengelola uang daripada sebagai pemilik uang. Anda pun menjadi sadar bahwa, sebagai seorang pengelola, maka akan ada sejumlah uang yang harus diberikan kepada orang lain. Banyak kejadian yang menunjukkan betapa Tuhan dapat menjangkau orang-orang tersebut—melalui Anda.

Kesadaran Kemiskinan

Sebelum masuk pada kerja meditatif, mari kita lihat apa yang menghalangi upaya kita untuk mulai membangkitkan kesadaran akan kekayaan yang hebat ini. Hal yang dimaksud adalah kesadaran akan kemiskinan.

Kesadaran kemiskinan adalah pengkondisian mental di mana kita menerima persepsi fisik yang negatif dari sesuatu yang kelihatannya kurang sebagai sebuah hal yang nyata. Kesadaran kemiskinan begitu meresap dan bersifat otomatis sehingga kita tidak menyadari betapa sering sebenarnya kita bicara tentang kekayaan pada diri sendiri. Misalnya, jika rekening Anda mempunyai saldo sebesar dua sen, maka akan biasa bagi Anda untuk mengatakan Anda tidak punya uang. Penegasan yang negatif ini selanjutnya akan menimbulkan reaksi berantai yang secara keseluruhan seperti domino, karena Anda telah menerima kondisi ini sebagai sesuatu yang nyata.

Sebenarnya, Anda melihat sesuatu seperti penampilan mereka secara fisik dan bukan sebagai apa adanya mereka secara spititual. Tanpa memperhatikan situasi fisik Anda, maka kekayaan Anda secara spiritual adalah tidak terbatas dan tidak berubah. Satu-satunya alasan Anda merasa kekurangan adalah bahwa ada gangguan dalam diri Anda yang berkaitan dengan spiritual, yang harus segera Anda perbaiki. Begitu hubungan tersebut telah terbangun kembali, maka kondisi ini akan membaik dengan sendirinya.

Ketika Anda berada dalam kesadaran kemiskinan, maka Anda akan merasa seperti tidak pernah merasa cukup uang. Anda akan berpikir betapa terbatasnya dana yang Anda miliki, sehingga Anda tidak dapat melakukan hal-hal yang Anda inginkan. Dan pikiran Anda terhadap semua kondisi ini bersifat permanen, karena mungkin Anda keras kepala, dan sulit untuk berubah. Tagihan mungkin tidak dapat Anda bayar karena Anda tidak punya cukup uang untuk membayarnya. Barangkali pakaian Anda sudah agak usang, dan rumah Anda butuh perbaikan, atau mobil Anda bannya kempes. Ini merupakan citra-citra yang kuat, dan jika citra-citra ini selalu bersama Anda setiap waktu, maka mudah bagi Anda untuk membiarkan mereka membuat impresi yang dalam pada Anda.

Kesadaran kemiskinan, tidak terbatasi untuk orang "miskin." Orang-orang kaya dapat menghibur perasaan akan kekurangan dan keterbatasannya dengan mudah. Orang-orang ini mungkin memiliki uang jutaan tetapi mereka masih merasa khawatir terhadap uangnya. Saya mengetahui seorang laki-laki yang mendirikan perusahaan senilai berjuta-juta dolar, namun ia masih tinggal di rumahnya yang ia tempati sejak sebelum ia berhasil. Ia bahkan masih tetap menggunakan telepon putarnya yang ia miliki saat ia memulai usahanya! Mengapa ia tidak menikmati kekayaannya? Karena ia masih melihat dirinya sebagi pemuda yang berjuang dengan modal uang yang sedikit, meskipun ia telah lama melewati kondisi tersebut. Pepatah bijak mengatakan: "Ada satu hal yang membuat seseorang merasa kaya meskipun tidak memiliki apa-apa; dan ada satu hal yang membuat seseorang merasa miskin meskipun ia sangat kaya."

Pengkondisian mental kemiskinan dapat berasal dari berbagai sumber. Barangkali Anda tumbuh dari keluarga yang miskin, sehingga setiap hari merupakan perjuangan bagi Anda untuk memperoleh uang, dan Anda menerima hal itu sebagai kenyataan biasa dalam kehidupan Anda. Anda

mempunyai pikiran seperti ini barangkali karena telah dipengaruhi oleh para pemikir kemiskinan yang lain, dan diperkuat dengan pemikiran Anda sendiri. Atau, ini memang secara mental Anda cenderung berpikir "tidak pernah cukup." Ada beberapa pengaruh luar yang mendorong kesadaran akan kekurangan dan keterbatasan.

Ketika Anda menerima kemiskinan, berarti Anda memang miskin. Kenyataannya tidaklah sesederhana itu. Waspadalah dan tolaklah pemikiran tentang kemiskinan begitu Anda menyadarinya. Kesadaran kemiskinan, jika dibiarkan berkembang, akan mempunyai efek melumpuhkan pada kehidupan Anda. Ia menciptakan kepercayaan diri yang rendah dan perasaan sia-sia atau gagal, yang akan menghalangi Anda untuk mencapai apa yang Anda inginkan dalam hidup. Selain itu, ia juga memberikan tempat bagi emosi-emosi yang negatif, termasuk kegelisahan, ketakutan, kecemasan dan keputusasaan. Semakin lama Anda berada dalam kondisi tersebut, maka Anda akan semakin memikirkan bahwa kondisi itu akan berlangsung permanen.

Kemiskinan adalah Hal yang Suci

Salah satu dari beberapa konsepsi yang keliru tentang cara kerja uang berasal dari pikiran yang mendalam bahwa kemiskinan adalah suci. Orang-orang yang berpikir secara spiritual telah mengadopsi gagasan bahwa mempunyai uang dapat menghalangi pertumbuhan spiritual. Sehingga ada pilihan apakah tanpa uang atau kemewahan duniawi agar menjadi spiritual.

Bila dilihat dari sudut pendang metafisika, tidak ada yang salah dengan mempunyai uang, dan itu bukanlah kejahatan. Yang benar adalah sebaliknya. Uang adalah sebuah bentuk energi seperti hal lainnya, dan berada dalam aliran kemakmuran adalah berbagi dalam kekuatan dan cahaya Tuhan. Jika Tuhan adalah kekayaan yang tidak terbatas atau maha besar, mengapa Ia tidak menginginkan Anda sebagai anak yang dikasihi, untuk menjadi bagian dari kekayaan ilahi? Anda merupakan alat untuk menjadi bagian dari semua berkah Tuhan, dan kemakmuran adalah salah satu dari keberkahan-keberkahan itu.

Kebingungan muncul ketika Anda memuja uang sebagai tujuan akhir. *Pemujaan* terhadap uang merupakan kejahatan yang pada akhirnya akan menyebabkan kebangkrutan finansial dan/atau spiritual. Jika Anda mempertuhankan uang secara keliru, maka Anda benar-benar dalam kesulitan. Ini bukan tentang orang kaya yang tidak daat masuk ke dalam

kerajaan Tuhan, tetapi lebih pada seseorang *dengan* rasa memiliki yang begitu kuat sehingga tidak dapat masuk ke kerajaan yang suci, sebelum ia belajar untuk melepaskan rasa memiliki yang sangat kuat tersebut. Jika Anda memuja rasa memiliki terhadap segala sesuatu barang, maka akan lebih sulit bagi Anda untuk mencapai kesadaran spiritual karena pikiran Anda terus menerus pada sesuatu yang bersifat materi. Anda perlu membalik prioritas dan memuja kehidupan spiritual. Setelah itu kemakmuran Anda akan mengalir, tetapi ia akan menjadi seimbang dengan aspek-aspek kehidupan Anda yang lain.

Ada cerita menarik tentang anak laki-laki yang meninggalkan rumah untuk mencari seorang guru yang dapat mengajarkannya tentang misteri kehidupan. Ia mencari ke beberapa tempat tetapi tidak menemukan guru spiritualnya. Suatu hari, ia datang ke sebuah istana untuk meminta air. Ketika ia meninggalkan istana tersebut, ia mendengar suara dari dalam istana bertanya,"Ke mana Anda akan pergi, anak muda?"

Anak laki-laki tersebut melihat ke dalam dan melihat pemilik istana keluar menemuinya. Ia mengenakan pakaian yang sangat halus dan penuh dengan intan. "Saya mampir untuk meminta air dan saya harus pergi untuk mencari seorang guru," jawab anak muda.

"Apa yang membuat Anda merasa bahwa Anda tidak menemukan guru tersebut?'

Anak muda tersebut memandang orang tersebut dengan pakaian halusnya, "Anda? Tidak, Anda bukanlah guru yang saya maksud. Anda orang yang sangat kaya. Apa yang Anda ketahui tentang sesgala sesuatu yang bersifat spiritual?"

"Mari masuk dulu dan tinggallah untuk beberapa saat. Jika Anda tidak merasa bahwa saya tidak memiliki sesuatu yang dapat diajarkan pada Anda, maka Anda boleh pergi."

Anak laki-laki itu setuju, dan tuan rumah mulai mengajarnya beberapa hal. Ia terkesan, tetapi masih melihat orang tersebut sebagai orang yang kaya raya dan ia tidak dapat membayangkan bagaimana seorang laki-laki dengan begitu banyak harta benda dapat menjadi begitu spiritual.

Suatu hari, ketika gurunya sedang mengajar, seorang pembantunya berlari ke dalam ruangan dan menangis sambil berkata "Istana terbakar!"

Guru tersebut tidak bergerak sedikit pun dan hanya menjawab singkat, "Jangan ganggu saya. Saya sedang sibuk."

Beberapa saat kemudian, pembantunya datang lagi dan berteriak: "Tetapi Tuan, apinya mulai membesar dan menuju ke atas sekarang!"

Lagi-lagi sang guru menjawab, "Tidak Anda lihat bahwa saya sedang sibuk? Tolong tinggakan saya sendiri!"

Akhirnya, pembantunya datang lagi, dan memohon pada Tuannya, "Tuan, api mulai turun ke bawah menuju ruang pertemuan! Anda harus melakukan sesuatu atau istana akan musnah!"

Orang tersebut masih tidak bergerak, tetapi anak laki-laki tersebut mendengarkan setiap kata-kata yang disampaikan oleh pembantu gurunya. Ia segera memungut beberapa buku miliknya dan mulai berlari ke arah pintu. Tiba-tiba, sang guru berkata, "Aah! Saya bersedia untuk kehilangan seluruh istana saya dan mungkin juga hidup saya, sedangkan Anda khawatir terhadap buku-buku Anda."

Jadi Andalah yang memutuskan apa yang spiritual dan apa yang tidak. Jelasnya, dalam kisah ini, sang guru tidak menghiraukan kejadian yang mengancam kehidupan anak laki-laki tersebut atau menyombongkan diri tentang pengembangan spiritualnya. Ia menggunakan situasi ini untuk memprovokasi murid laki-lakinya itu guna membantunya memecahkan gambar ilusioner anak laki-laki tersebut yang berkenaan dengan kekayaan dan spiritualitas. Kisah ini juga menunjukkan bahwa salah pengertian tentang kemakmuran tidak hanya dapat menghalangi aliran kemakmuran, tetap ia juga dapat menghalangi pengembangan spiritual.

Tuhan tidak ingin membuat Anda menderita. Bagaimanapun juga, Sang Pencipta sangat mengetahui kapan saatnya memberikan apa yang Anda butuhkan. Bahkan Sang Buddha, ketika mencari pencerahan, ia mencoba untuk tidak tergantung secara fisik dan hidup dengan sebutir beras setiap hari. Hal ini dilakukan hanya untuk belajar bahwa ini bukanlah cara untuk pencerahan. Pengalaman ini membantunya untuk memilih apa yang diistilahkan sebagai "jalan tengah" untuk kematangan spiritual.

Mendatangkan Sinar Hijau Biru

Ketika bekerja dengan energi spiritual untuk membangun kemakmuran, hal pertama yang Anda lakukan adalah menyingkirkan konsepsi yang keliru dari pikiran Anda, karena kesadaran kemiskinan dimulai dari tingkatan moral. Sinar api merah-oranye baik untuk membersihkan pikiran-pikiran

keliru yang mengganggu Anda. Libatkan empat pusat utama dalam melakukan pembersihan spiritual Anda.

Rasakan pikiran-pikiran yang tidak mencerahkan keluar dari dalam diri Anda. Anda akan terkejut betapa banyak energi yang dapat Anda pertahankan untuk keperluan pembersihan itu. Barangkali Anda merasa dapat mempertahankan proses ini. Kesempatannya adalah Anda telah membangun citra yang kuat dari apapun kondisi Anda, dan tidak begitu mudah untuk membiarkannya hilang. Dalam hal ini, ukurlah kemampuan diri sendiri. Ikuti rangkaian meditatif ini hingga ke tingkat di mana Anda merasa nyaman. Kemudian, Anda dapat mengulangi proses secara keseluruhan sesuai dengan kebutuhan.

Setelah Anda selesai menggunakan sinar nyala api merah oranye, datangkanlah api putih biru untuk membantu membangun aliran positif yang baru dari Cahaya Ilahi.

Begitu Anda telah memulihkan diri, maka Anda siap untuk menambah aura Anda dengan sinar hijau biru. Ini merupakan sinar yang mengagumkan, kurang digunakan untuk membangun kemakmuran. Anda dapat bekerja dengan semua pusat, tetapi penekanan khusus ada pada Pusat Hermetik. Ketika energi ini sudah datang, maka Anda dapat merasakan dan memahami aliran pemberian ilahi ini. Bayangkan diri Anda sebagai seorang raja yang hebat dan dapat membeli segalanya.

Rasakan pengaktifan pusat ini. Jika Anda suka, Anda dapat menambahkan visualisasi singkat untuk membangun energi ini sepenuhnya dalam aura Anda. Jika Anda telah memiliki tujuh sen di rekening Anda, bayangkan 700 dolar di rekening Anda. Lihatlah sinar ini menyentuh ke suplai uang Anda dan mempercepat aliran spiritual ini. Niatkan cahaya untuk "Menggandakan dan menambahkan uang-Mu ini." Dan yakinlah bahwa ini benar-benar terjadi pada Anda.

Untuk menyelesaikan kerja Anda, tambahkan sinar perak untuk mempercepat sinar hijau biru dan membantu mewujudkan kemakmuran dengan lebih cepat.

Begitu kekuatan ini terbangun dalam diri Anda, ucapkan syukur, kemudian biarkan energi ini pergi dari kesadaran Anda. Percayalah bahwa energi ini sedang bergerak. Rasakan kekuatan itu mendatangkan hal-hal yang Anda perlukan. Jika Anda merasa bahwa diri Anda kembali lagi merasa khawatir, ulangi kerja cahaya. Anda dapat melakukan ini tiga kali dalam

sehari untuk menggerakkan energi dan membangun suatu hubungan. Tentu saja, Anda dapat menyempurnakan kerja ini dengan cahaya yang lain yang menurut Anda perlu untuk memperkuat kekayaan spiritual.

Begitu Anda merasakan keberadaan energi ini, fokuslah pada tujuan yang Anda ingin capai, hal-hal yang ingin Anda ciptakan, yang mengetahui bahwa sumber daya keuangan akan tersedia sesuai dengan kebutuhan Anda. Visualisasi akan sangat membantu pada titik ini untuk menciptakan kondisi yang Anda inginkan (Bab 13).

Karir

Umumnya orang ingin menggunakan lebih banyak waktu untuk mengerjakan pekerjaan mereka dibandingkan untuk mengejar tujuan yang lain. Dalam beberapa profesi, waktu kerja selama 40 jam seminggu telah berubah menjadi 50-60 dan 70 jam seminggu. Itu merupakan waktu yang banyak untuk memfokuskan hanya pada satu pekerjaan. Karena karir Anda merupakan bagian terbesar dari kehidupan Anda, Anda ingin memastikan waktu yang Anda gunakan untuk hal ini dapat digunakan dengan baik. Pengarahan cahaya ke karir Anda dapat membantu mengurangi stres, menciptakan keselarasan di tempat kerja, menyingkirkan penghalang, dan menggerakkan profesi Anda dalam arah yang benar.

Definisi karir dalam kamus adalah "*a chosen pursuit*: mengejar sesuatu yang menjadi pilihan." Kata ini berasal dari kata Perancis lama yang berarti *racecourse*: lapangan pacuan kuda. Dalam dunia kerja, mengejar karir terasa seperti menjalankan sebuah perlombaan, atau, seperti beberapa orang menyebutnya, sebuah "perlombaan yang melelahkan *(rat race)*." Hal pertama yang harus diakui ketika melakukan kerja energi spiritual adalah bahwa karir Anda bukanlah suatu identitas tetapi merupakan kegiatan. Karir tidak identik dengan Anda. Anda adalah spiritual ilahi yang ada dalam proses pembukaan kekuatan spiritual. Tujuan Anda melakukan hal tersebut antara lain untuk mengekspresikan diri Anda dalam kegiatan yang terfokus, sehingga dapat memperkuat kemampuan Anda. Itulah tujuan spiritual dari karir Anda. Pekerjaan Anda adalah bagian penting dari kehidupan Anda, tetapi Anda bukanlah pekerjaan Anda. Jika Anda mengidentifikasi diri dengan apa yang Anda lakukan, dan bukan dengan siapa Anda, maka Anda akan selalu berada dalam kekuasaan kegiatan

tersebut. Dan apabila ada pencapaian yang tidak memuaskan Anda karena tidak sesuai dengan kebutuhan, maka Anda akan menjadi frustasi.

Kesalahpahaman yang umum dijumpai berkaitan dengan karir adalah bahwa ia harus menghasilkan uang. "Mengejar sesuatu yang menjadi pilihan" dapat berarti apa saja yang Anda fokuskan dengan tekun. Seringkali hal ini dikaitkan dengan suatu profesi, tetapi sebenarnya karir merupakan pengejaran yang dilakukan dengan serius. Masa sebagai ibu, yang telah menurun nilainya belakangan ini, bukanlah suatu pekerjaan yang menghasilkan uang, tetapi ia merupakan salah satu karir yang paling penting dan paling menantang yang dapat dilakukan oleh seseorang. Tak dapat disangsikan bahwa karir dapat dipahami sebagai hal yang baik, sekalipun ia bukanlah profesi untuk peningkatan pendapatan.

Pengejaran terpilih terkait erat dengan tujuan hidup. Jika Bumi adalah gedung sekolah spiritual untuk jiwa, lalu karir adalah salah satu "kursus" yang paling penting yang akan Anda ambil sambil menghadiri sekolah duniawi ini. Seperti halnya, aspek-aspek lain dari urusan duniawi Anda, karir Anda adalah kegiatan spiritual yang dirancang untuk membantu mengembangkan jiwa Anda. Anda mungkin ingin mengembangan sisi kreatifitas Anda, sehingga Anda akan tertarik kepada karir yang artistik. Atau bisa jadi Anda perlu mengembangkan keterampilan sosial, sehingga Anda akan memlilih sebuah profesi di mana Anda akan berinteraksi dengan banyak orang, seperti dalam bisnis atau ilmu-ilmu sosial.

Sikap yang positif merupakan persyaratan paling penting yang harus dimiliki dalam mengejar karir. Harus ada kegembiraan dalam bekerja karena kerja tanpa kegembiraan adalah membosankan. Anda perlu menciptakan kegembiraan sekalipun pekerjaan yang Anda geluti bukanlah pekerjaan ideal Anda. Tentu saja, Anda harus bekerja keras dan sungguh-sunggguh untuk mendapatkan apa yang Anda inginkan, tetapi selama pengejaran tujuan itu, Anda harus melakukan pekerjaan yang menurut Anda kurang ideal. Jadi, dalam hal ini, bagaimana cara menyikapinya merupakan hal yang sangat penting. Ketika ada perasaan gembira dan cinta terhadap apa yang Anda lakukan, maka pekerjaan yang kurang ideal pun pun tidak lagi menjadi masalah.

Beberapa orang tidak mempunyai sikap yang baik terhadap pekerjaan mereka. Dalam memfokuskan cahaya spiritual pada karir Anda, Anda harus mempunyai sikap positif terhadap pekerjaan yang sedang Anda

lakukan. Dari sudut pandang spiritual, tidak ada pekerjaan yang dinilai rendah. Semua pekerjaan adalah baik dan berharga di mata Tuhan. Ada sebuah kisah tentang Saint Francis dari Asisi yang sedang dihadapkan pada etika pekerjaan. Saint Francis bertugas membersihkan jalan di gang menuju sebuah gereja. Ini merupakan tugas yang sederhana, tetapi ia melakukannya seolah-olah itu pekerjaan yang sangat penting. Seseorang datang padanya dan menanyakan mengapa ia tidak menugaskan tugas yang patut dikerjakan pembantu rumah tangga itu kepada salah seorang biarawannya. Ketika orang tersebut tidak mendapat tanggapan yang diinginkan dari Saint Francis, ia mencoba untuk menghasutnya dengan mencoba bertanya apakah yang akan dilakukan jika ia akan mati dalam waktu sejam kemudian. Saint Francis dengan tenang menjawab, "Saya akan menyelesaikan tugas menyapu ini."

Cara untuk mempertahankan kegembiran dalam bekerja adalah menyenangi proses tanpa dikaitkan dengan hasil. Dengan kata lain bekerjalah untuk kepentingan sendiri dan tidak untuk mendapatkan penghargaan. Bukan berarti bahwa Anda tidak menaruh perhatian terhadap apa yang dilakukan dan berusaha untuk mencapai tujuan karir yang telah Anda tetapkan. Namun, yang dimaksud adalah Anda tidak menganggap tujuan-tujuan ini sebagai motivasi utama Anda. Anda tidak selalu dapat mengendalikan akhir dari suatu penyelesaian pekerjan. Jika suatu pekerjaan tidak berhasil seperti yang Anda impikan, Anda dapat merasa gagal dan percaya bahwa waktu Anda terbuang sia-sia. Tetapi jika Anda sungguh-sungguh masuk ke dalam prosesnya sebanyak Anda masuk dalam tujuan, maka Anda akan tahu bahwa tidak ada waktu yang terbuang sama sekali. Apa yang kelihatannya gagal akan berkontribusi terhadap keberhasilan pada kesempatan lain, dan kesempatan berikutnya. Bhagavad Gita menempatkan hal ini dengan baik: "Dalam melakukan pekerjaan, Anda punya hak terhadap pekerjaan itu, tetapi tidak demikian dengan hasil akhirnya."

Tuntunan untuk urusan duniawi Anda yang berhubungan dengan karir adalah sinar cahaya putih murni. Sinar ini membantu Anda untuk mempercepat perwujudan sesuatu yang berhubungan dengan karir seperti posisi, promosi, menemukan pekerjaan baru, dan lain-lain. Sekali lagi, tanpa sinar ini, maka apabila Anda mempunyai pikiran atau keinginan untuk melakukan sesuatu, tetapi Anda tidak memiliki kekuatan yang

cukup untuk mewujudkan impian-impian itu. Sinar kekuatan ini bekerja secara otomatis untuk Anda, dan ia akan memfasilitasi upaya pengejaran impian Anda. Jika Anda kehilangan pekerjaan atau sedang mencari kerja, maka sinar Hermetik ini akan membantu Anda untuk membangkitkan pekerjaan baru itu.

Ketika seseorang berada dalam puncak karirnya, bahagia dan produktif, maka Pusat Hermetiknya akan sangat terang. Ia akan bergerak secara kuat dalam searah jarum jam dan akan menunjukkan pancaran aktif energi keemasan, merah, dan oranye yang memancar dari pusat ke semua arah. Pancaran sinar putih dalam Pusat Hermetik akan menjadi sangat kuat dan nyata.

Memilih Profesi

Fenomena yang menarik bahwa sebagian orang tahu persis apa yang ingin dia lakukan dalam hidupnya, sementara yang lain merasa tidak begitu pasti. Bagi mereka yang tahu apa yang mereka inginkan, tentunya mempunyai sejumlah pertanyaan berkenaan dengan arah yang akan diambil. Tetapi, bagi sebagian besar orang, memutuskan apa yang akan dilakukan bukanlah masalah yang serius. Anda dapat mengetahui cara menemukan letak kekuatan Anda dan apa yang perlu dilakukan untuk mendapatkan apa yang diimpikan melalui kekuatan tersebut, dengan petunjuk dari aura. Kemampuan alami muncul dengan jelas dalam aura. Dengan bimbingan semacam ini, Anda dapat mengetahui dengan sangat jelas, karir mana yang akan memberikan pendapatan terbanyak. Ini adalah rahmat yang besar! Seorang anak yang jelas mempunyai kemampuan dalam bermusik akan didorong untuk mengejar karir dalam musik, dan bukan karir yang lain; seseorang yang sangat fokus, dengan pikiran analisis yang tajam, akan dijamin bahwa mereka akan mampu menjadi ilmuwan yang sangat baik. Dengan cara ini, "pendapat yang salah" tentang arah karir seseorang dapat dengan mudah dicegah.

Untuk dapat masuk kedalam jenis karir yang ingin Anda kejar, Anda perlu bekerja dengan bimbingan ilahi dan arah yang benar (Bab 10). Kita harus ingat bahwa untuk hal yang penting seperti karir, maka kita perlu membuat rencana spiritual yang jelas. Masalahnya adalah bagaimana masuk ke dalam tujuan spiritual tersebut. Hal ini disebabkan adanya ketidakjelasan tentang apa yang mereka inginkan sehubungan dengan tujuan spiritual.

Jadi, jika tujuan Anda tidak jelas, maka inilah saatnya bagi Anda untuk bekerja melepaskan berbagai halangan mental dan kebingungan, dan membuka diri terhadap inspirasi dan iluminasi.

Hal pertama yang perlu Anda lakukan adalah pembersihan dengan cermat untuk melepaskan kebingungan mental dan ketegangan yang mungkin mengaburkan apa yang ingin Anda lakukan. Begitu proses pembersihan selesai, maka selanjutnya Anda perlu berkerja dengan dua sinar utama yaitu energi keperakan dan keemasan. Energi keemasan akan membantu mendatangkan pancaran untuk mendapat gambaran yang jelas tentang arah mana yang harus Anda ambil. Anda dapat bekerja dengan sinar ini dari Titik Diri yang Lebih Tinggi, sebagaimana dijelaskan dalam Bab 10, atau bermeditasi agar sinar keemasan menyentuh ke dalam Titik Diri yang Lebih Tinggi Anda. Kemudian lihatlah bahwa energi mengalir ke tubuh mental Anda. Aliran ini dipercepat oleh cahaya sehingga Anda dapat berhubungan dengan bimbingan yang diberikan.

Setelah bermeditasi, pertahankan pemahaman bahwa pekerjaan yang tepat untuk Anda akan datang. Jawaban bisa jadi diberikan pada Anda pada saat itu, bisa juga tidak. Yang pasti, Anda telah mulai membangkitkan kekuatan untuk mewujudkan pekerjaan yang ingin Anda lakukan. Lanjutkan dengan setiap jenis pekerjaan yang Anda cari, tetapi cobalah untuk merasakan ke mana cahaya akan mengarahkan Anda. Umumnya, Anda akan merasakan cahaya yang bergerak secara lebih kuat dalam satu arah karir dibandingkan yang lain. Ini merupakan cara Tuhan mengilhami Anda untuk mendapatkan pekerjaan dan mata pencaharian.

Membangkitkan Sebuah Pekerjaan Baru

Jika Anda sudah merasa jelas dengan apa yang ingin Anda lakukan, dan Anda sedang mencari jenis pekerjaan tertentu, maka Anda dapat bekerja dengan cahaya untuk membantu Anda mendapatkan pekerjaan yang Anda impikan.

Kunci untuk membangkitkan suatu pekerjaan baru adalah menggerakkan energi tersebut untuk Anda pada tingkatan spiritual. Ingatlah, sesuatu yang mewujud secara fisik diciptakan pertama kali pada bidang spiritual. Sehingga dengan membangun cahaya untuk pekerjaan baru dalam dimensi spiritual, maka Anda sedang mengambil langkah pertama dalam menciptakan pekerjaan itu dalam bidang fisik.

Sinar putih dan keemasan membantu dalam membangkitkan sebuah profesi. Sinar keemasan dari cahaya kebijaksanaan mempunyai kemampuan untuk mempercepat Pusat Hermetik dan membuka jalur Anda. Terkadang, Anda dapat tepat dalam sesuatu hal, tetapi bisa jadi tidak demikian ketika ada pengaruh dari luar. Cahaya keemasan memberi Anda kekuatan ekstra untuk memecahkan setiap energi yang menolak dan membuka jalur yang tepat untuk Anda. Sinar keemasan akan meningkatkan stamina Anda di saat Anda merasa lelah berjuang.

Panggillah Titik Diri yang Lebih Tinggi dan gunakan energi keemasan terutama untuk menyentuh inti Pusat Hermetik Anda.

Selanjutnya, bekerjalah dengan cahaya putih murni. Sinar ini akan membantu membuka aliran sebenarnya dari setiap pekerjaan yang Anda cari. Cara ini akan membantu Anda untuk terhubung dengan pekerjaan itu. Terkadang, Anda kurang cocok dengan pekerjan yang Anda cari. Dalam hal ini, mungkin apa yang Anda inginkan dan kemampuan Anda sudah sesuai, namun Anda hanya tidak cocok dengan pasar yang sedang coba dimasuki. Cahaya putih murni dapat membantu Anda untuk melepaskan halangan internal. Tetapi, jika Anda memiliki banyak perselisihan internal, lakukanlah pembersihan yang energinya terpisah dari pekerjaan ini. Sekali lagi, prioritaskan bekerja dengan Pusat Hermetik, tetapi Anda dapat memohon agar cahaya dapat menyentuh semua pusat jika Anda inginkan.

Pekerjaan yang Menjemukan

Ketika saya masih kuliah, saya mempunyai sejumlah rencana untuk masa depan. Namun, permasalahan keuangan yang saya alami di rumah telah memaksa saya untuk menunda mimpi-mimpi saya dan menerima kenyataan bahwa saya harus bekerja dan harus mencukup-cukupkan penghasilan yang didapat untuk keperluan hidup. Saya sangat sedih, memikirkan bahwa saya tidak pernah melakukan sesuatu yang benar-benar saya inginkan dalam hidup. Saya pergi untuk meminta nasehat dari ahli filsuf dan guru spiritual terkenal, Manly Hall. Salah satu dari aphorismenya yang dapat memberi saya inspirasi, yaitu:

"Alam semesta telah bekerja untuk mereka yang mampu untuk melakukannya." Saya menghargai pekerjaannya dan dapat melihat melalui auranya bahwa jiwa spiritualnya telah berkembang. Saya mulai mencurahkan hati saya, menceritakan apa yang sedang terjadi pada saya.

Saya ceritakan semuanya dan saya katakan padanya, "Saya punya banyak kendala." Dia menghentikan perkataan saya sebentar kemudian berkata, "Kendala apa?" Pertanyaan ini sangat mengejutkan saya. Kemudian saya tahu bahwa apa yang dikatakannya benar. Saya telah membiarkan berbagai urusan atau masalah mengaburkan tujuan jangka panjang saya. Jika saya melihat berbagai urusan ini sebagai hambatan, saya tidak pernah akan melaluinya dan tidak akan pernah sampai pada apa yang saya inginkan. Saya melewati waktu-waktu yang cukup sulit, tetapi akhirnya hal-hal tersebut dapat diatasi.

Jika Anda berada dalam kondisi jemu dengan pekerjaan yang dilakukan, maka hal pertama yang harus dilakukan adalah mengakui bahwa Anda perlu membuat suatu perubahan. Anda harus melakukan suatu usaha. Hal ini membutuhkan keberanian, karena tidak ada jalan lain. Anda perlu kembali kepada apa yang Anda inginkan dalam hidup dan tidak membiarkan kebutuhan yang bersifat sementara menutupi cita-cita Anda.

Ketika Anda melakukan pekerjaan yang tidak sesuai dengan keinginan, maka Anda akan merasa frustasi. Namun, di sinilah Anda harus menerapkan prinsip-prinsip kesenangan spiriual di tempat kerja. Kenyataannya adalah Anda hanya frustasi ketika Anda merasa ini bukanlah lapangan kerja Anda sesungguhnya. Ada beberapa waktu dalam kehidupan di mana Anda harus melakukan hal-hal yang tidak disukai, tetapi selalu ada sebuah pembelajaran yang dapat ditarik dari berbagai pengalaman ini. Namun, pengalaman-pengalaman ini hanya akan menyesakkan dada apabila Anda tidak melakukan apa-apa untuk mengubahnya. Apapun pekerjaan Anda, Anda masih memerlukan sikap yang positif dan harus menghargai pekerjaan yang ada; tetapi pada saat yang bersamaan, Anda perlu menyediakan waktu untuk mengejar impian-impian Anda. Dengan demikian, Anda tidak akan melihat pengalaman pekerjaan saat ini sebagai sesuatu permanen atau dapat yang membuat Anda menjadi frustasi.

Tidak Bahagia dengan Pekerjaan

Saya telah memberikan konsultasi pada banyak orang yang mempunyai pekerjaan yang baik tetapi masih merasa tidak bahagia pada pekerjaan yang mereka lakukan. Mereka tidak bahagia karena adanya perselisihan-perselisihan dengan orang lain, atau karena tidak tertarik dengan pekerjaan mereka. Masalah perselisihan lebih mudah untuk diatasi, karena hubungan

yang sulit juga dapat diperbaiki atau seseorang akan menemukan pekerjaan serupa di tempat lain. Kecewa dengan pekerjaan adalah persoalan yang lebih sulit. Saya telah menemukan bahwa orang-orang yang tidak bahagia dengan pekerjaannya sebenarnya bukan berarti pekerjaan itu tidak cocok dengan mereka, dan memilih pekerjaan itu dengan alasan yang tidak tepat.

Banyak orang yang memilih suatu karir hanya demi uang. Seperti yang kita ketahui, ada banyak dokter yang melakukan praktek pengobatan bukan karena mereka mencintai seni penyembuhan, tetapi karena uangnya banyak dan gengsinya tinggi. Ada banyak dedikasi dan tanggungjawab pada pekerjaan yang harus dipikul oleh seseorang ketika ia menjadi dokter. Setiap orang yang motivasi utamanya adalah uang maka ia mengetahui bahwa melakukan sesuatu tanpa cinta harus ia bayar dengan mahal. Ada juga orang-orang yang mengambil suatu pekerjaan karena tertarik dengan pekerjaan tersebut. Atau mungkin mereka memilih sebuah profesi karena pada saat memutuskan dipengaruhi oleh orang lain. Seorang ayah mungkin ingin anak laki-laki atau anak perempuannya mengikuti langkahnya, meskipun sang anak berharap sebaliknya. Seringkali anak laki-laki atau anak perempuan menuruti keinginan orang tuanya meskipun tidak suka terhadap pekerjaan yang dilakukan karena takut mengecewakan orang tuanya. Akibatnya bisa bermacam-macam, yaitu pemberontakan, "kekecewaan atau rasa putus asa yang mendalam seumur hidup," atau justru menyadari kekeliruan dan beralih untuk mewujudkan panggilan jiwa sebenarnya.

Telitilah daftar inventaris Anda dan cermati apakah Anda memutuskan untuk mengambil sesuatu pekerjaan dengan mengamatinya secara langung. Jika tidak, Anda perlu melakukan refleksi untuk memperoleh wawasan tentang hal-hal yang mengganggu dalam pekerjaan Anda. Jangan berlebihan menilai situasi; cobalah untuk menganalisis situasi dan untuk menyenangi pekerjaan dan kondisi pada saat bekerja.

Apabila Anda belum mengidentifikasi apa yang mengganggu Anda, maka sulit bagi Anda untuk mengetahui sinar kekuatan mana yang bekerja. Jika situasi berbalik menjadi masalah yang lebih berkaitan dengan orang, kembalilah ke bab tentang hubungan untuk melihat bagaimana cara bekerja dengan cahaya dalam lingkungan yang profesional. Jika kondisi tersebut merupakan akibat dari ketidaksenangan terhadap pekerjaan saat ini, maka Anda perlu bekerja dengan cahaya putih dan keemasan, sehingga Anda

dapat keluar dari kebosanan terhadap pekerjaan. Sekalipun pekerjaan yang Anda lakukan memberikan gaji yang tinggi, tetapi tidak sesuai dengan keinginan Anda, maka pekerjaan itu tidak akan membantu Anda dalam mengembangkan spiritual. Anda memerlukan keberanian dan cita-cita untuk berkembang ke jurusan yang baru. Jika Anda belum melakukan apa yang Anda sukai, ketahuilah bahwa pekerjaan yang Anda sukai menunggu Anda di tempat lain.

Alasan lain orang tidak bahagia dengan pekerjaannya adalah bahwa semakin lama pekerjaan tersebut akan merusak diri Anda. Tampaknya setiap pekerjaan yang memberikan gaji yang tinggi menuntut waktu kerja 10 hingga 12 jam sehari, atau bahkan lebih. Beberapa orang sungguh-sungguh mencintai apa yang mereka lakukan tetapi masih tidak senang dengan pekerjaanya dan akhirnya "mati" karena terlalu banyak stres. Tuntutan semacam itu membuat tekanan hebat pada kehidupan pribadi Anda—dan apa sebenarnya yang Anda dapatkan? Dengan bekerja sangat intensif, sangat mudah untuk masuk ke dalam irama spiritual kehidupan. Dan ketika Anda keluar dari irama tersebut, apapun bisa terjadi.

Untuk membantu melepaskan stres, jangan membawa pekerjaan Anda ke rumah. Berikan upaya terbaik Anda pada pekerjaan, dan kemudian lupakan ketika Anda sampai di rumah. Banyak orang tidak menjaga diri sendiri dengan baik dan memikirkan pekerjaan mereka setiap waktu. Kemudian mereka heran mengapa mereka punya masalah kesehatan. Lepaskan pikiran Anda, terutama saat tidur pada malam hari. Jangan biarkan Anda berpikir tentang hal yang berat tentang pekerjaan sebelum tidur.

Kena Pecat

Tentu Anda akan *shock* berat jika dipecat. Alasan apapun untuk pemecatan itu, Anda perlu bekerja dengan sinar perdamaian untuk melepaskan rasa terkejut itu. Anda juga perlu untuk bekerja dengan sinar hijau emerald untuk mengatasi masalah emosional dan mental. Sinar ini diperlukan karena setelah rasa shock berkurang, maka akan muncul berbagai reaksi seperti marah, dendam, atau depresi. Atau, Anda merasa menyesal dan mengasihani diri sendiri. Inilah waktunya untuk menyelesaikan segala masalah yang ada. Jangan biarkan diri Anda merasa kesal. Mengapa Anda tidak mengundurkan diri saja? Jika ini merupakan

masalah politik, maka Anda akan tahu bahwa permasalahannya bukan terletak pada Anda. Jika Anda diberhentikan karena sesuatu yang Anda lakukan atau tidak Anda lakukan, maka Anda harus bertanggung jawab. Jangan menyalahkan diri sendiri dan merasa malu, namun cari tahu di mana letak permasalahannya dan perbaikilah—sehingga hal ini tidak akan terulang lagi.

BAB

9

Memperkuat Hubungan Antarsesama

Energi spiritual mempunyai pengaruh yang bermanfaat pada semua jenis hubungan manusia. Cahaya dapat membantu untuk menyelesaikan perselisihan, mengklarifikasi kesalahpahaman, dan mempertahankan hubungan agar tetap harmonis. Ia juga dapat membantu mendekatkan seseorang dengan orang lain yang tepat. Bekerja dengan cahaya tidak selalu berarti dapat memecahkan setiap dilema yang ada, tetapi apabila kita rajin menggunakannya, maka ia dapat membantu untuk mengurangi sebagian dari dilema yang kita hadapi. Cahaya memberikan kita kekuatan untuk melihat orang lain melalui kepribadian mereka dan jati diri keilahian mereka.

Penerapan energi spiritual akan mempunyai pengaruh yang berbeda pada hubungan manusia. Upaya ini cukup produktif, tetapi tidak selalu mudah untuk melakukannya. Begitu cahaya telah mengungkapkan sifat sesungguhnya dari sebuah hubungan, maka pengungkapan itu juga akan mendekatkan orang satu sama lain, mengubah dinamika, atau terkadang membimbing mereka dalam arah yang berbeda. Saya mempunyai sejumlah murid yang dikelilingi oleh orang-orang yang tidak tepat; begitu cahaya benar-benar bergerak, murid-murid saya melepas orang-orang yang disebutnya sebagai teman-teman mereka—yaitu orang-orang yang

sebenarnya hanya menahan mereka. Di lain waktu, cahaya akan menantang hubungan yang ada. Ketika kita mengembangkan kekuatan spiritual kita, orang lain mungkin tidak mengerti kecenderungan dan perilaku kita. Mereka mungkin masih menginginkan kita seperti "dulu", dengan segala kesalahan dan kelemahan kita, karena seperti itulah diri kita yang mereka tahu dan mereka pahami. Berbagai hubungan yang ada antara manusia menguji sifat-sifat kita, dan kekuatan cahaya tambahan menjadikan pengujian ini lebih menantang. Kita mau tidak mau akan menemukan berbagai kesalahan dan kelemahan dalam diri kita yang mempengaruhi orang lain, dan kita harus memaafkan serta sabar dengan diri sendiri seperti halnya kita ingin memperbaiki mereka.

Manusia dan Cinta Kasih Tuhan

Unsur utama dalam setiap hubungan adalah cinta. Tanpa cinta, tidak ada hubungan yang dapat berlangsung dengan baik. Cinta meng-hubungkan kita satu sama lain, kepada makhuk lain dan kepada Tuhan. Ketika berhadapan dengan orang lain, kita akan bekerja dengan energi berwarna merah muda mawar yang tegas, yaitu sinar cinta. Saya tidak melihat ada hal lain yang lebih penting daripada memperoleh energi kasih sayang ini.

Cinta datang dalam berbagai bentuk. Apabila cinta itu nyata, maka ia memancar dari sumber spiritual yang sama. Ekspresi cinta tertinggi adalah Cinta Keilahian (*Divine Love*). Bersama-sama dengan dengan Pikiran Keilahian (*Divine Mind*), Cinta Keilahian adalah kekuatan utama yang paling kuat di dalam dunia. Ia memancar secara langsung dari jantung Tuhan. Cinta Keilahian adalah ikatan yang menyatukan semua makhluk. Ini merupakan denyut jantung dari kehidupan itu sendiri. Tanpa cinta maka tidak ada tujuan dalam hidup, tidak ada keinginan untuk menciptakan atau bertindak apapun. Masih ada Pikiran Keilahian, tetapi tak ada alasan untuk mengekpresikannya. Karena Cinta Ilahi lah kita diciptakan. Cinta Tuhan jualah yang menghadapkan kita pada sejumlah ujian dan godaan dari sesama mahkluk, dan akhirnya kembali pada Tuhan.

Ungkapan cinta spiritual melalui setiap manusia dapat digambarkan sebagai sesuatu yang suci dan mutlak manakala kita mencintai tanpa memikirkan balasannya. Cinta ini terlihat manakala seseorang mendahulukan orang lain sebelum dirinya sendiri atau mengambil resiko

bagi dirinya demi orang lain. Cinta yang tinggi ini mengarah pada cinta universal yang terakhir di mana kita mencintai semua mahkluk ciptaannya secara mutlak. Cinta Ilahi mewujudkan sifat-sifat kehidupan spiritual seperti kelembutan, keramahan, pengertian dan belas kasih. Ada kegembiraan yang luar biasa yang menyertai cinta keilahian *(celestial love)*. Cinta Ilahi adalah abadi. Ia selalu ada untuk kita; ia tidak pernah mengecewakan atau membiarkan kita terpuruk.

Cinta manusia juga spiritual, tetapi kualitasnya lebih rendah karena ia lebih mengarah ke tingkatan fisik. Cinta manusia lebih terbatas sifatnya. Cinta manusia menginginkan sesuatu dari dunia ini. Saya mungkin senang mempunyai rumah yang besar, mobil berkecepatan tinggi, uang yang diperoleh dari pekerjaan saya, pasangan yang terlihat menarik, atau hal-hal yang ia lakukan untuk saya. Semuanya ini merupakan sesuatu yang lebih bersifat fisik—dengan sejumlah keterbatasan. Tidak ada yang salah dengan kecintaan terhadap hal-hal tersebut, tetapi kita harus ingat bahwa semua itu hanya bersifat sementara, dan suatu hari pasti akan hilang.

Cinta manusia cenderung bersyarat yang membuatnya menjadi egois. Seseorang yang mencintai pada tingkatan cinta manusia akan mencintai apa yang diperolehnya dari orang lain. Jika kualitas atau sesuatu yang diperolehnya dari orang lain mulai menurun atau hilang, maka cintanya pun akan memudar.

Tujuan dari semua hubungan kita adalah untuk mengubah hubungan-hubungan tersebut agar mengacu pada *Cinta Ilahi*. Apabila kita memberikan kasih sayang sebelum menerima kasih sayang, tanpa mengharapkan balasan, maka kita telah membuat langkah ke arah kondisi cinta spiritual itu. Untuk melakukannya, pertama-tama kita harus membangun Cinta Tuhan dalam diri kita. Mencintai Tuhan dan merealisasikan cinta itu ke dalam tindakan. Apa yang dikatakan Tuhan? "Cintailah Tuhan dengan sepenuh hati dan pikiran, dan cintai tetanggamu seperti mencintai dirimu sendiri." Dengan mencintai Tuhan, kita berarti membalas cinta yang Tuhan miliki untuk kita. Kita mencintai kekuatan yang menciptakan dan memelihara kita. Kita mencintai bagian dari diri kita yang terbaik dan yang paling benar. Dengan mencintai Tuhan sebagai prioritas utama, maka kita otomatis melayani sesama manusia.

Hal tersebut merupakan sesuatu yang paling dituntut dari kita dalam membangun hubungan. Atau bisa jadi ini merupakan hal yang sangat

pokok dalam transformasi spiritual. Ada kisah penulis terkenal yang merupakan ayah dari seorang anak yang menderita cacat mental. Kondisi anak tersebut telah membuatnya sangat tergantung pada orang tuanya, karena fisiknya secara total sudah tidak berfungsi. Si penulis merupakan ayah yang angkuh, dan merasa terhina serta malu dengan kondisi sang anak. Ia membenci anaknya, dan menyebutnya sebagai "monster kecil."

Setelah beberapa tahun kemudian, dan sang anak mulai tumbuh besar, terlihat ia mempunyai bakat dalam musik. Kenyataan ini telah menyadarkan sang ayah. Ia menyadari bahwa anaknya sama sekali bukan "monster kecil", dan bahwa ada jiwa dalam diri sang anak yang sedang dicoba untuk diekspresikannya. Sikap sang ayah kemudian berubah drastis. Ia menyadari bahwa masalahnya bukan pada cacat anaknya, tetapi lebih karena kebanggaannya sendiri. Ia menjadi sayang kepada anaknya dan mengabdikan dirinya untuk membantu sang anak semampunya. Upaya yang dilakukan sang ayah membawa sang anak pada kesuksesan menjadi pianis terkenal, lebih terkenal dari sang ayah. Namun, sang anak terus memerlukan bantuan secara fisik bahkan untuk sesuatu yang sangat mendasar, seperti bercukur, tetapi ayahnya selalu siap membantu kapan saja dibutuhkan. Sang ayah telah menunjukkan transformasi spiritual yang luar biasa, dari kekecewaan yang mendalam dan mengabaikan sang anak, menjadi mencintainya sepenuh hati. Cobaan yang dihadapi sang ayah merupakan kesempatan besar untuk belajar tentang cinta spiritual. Kita harus mencari dan mengenali kesempatan-kesempatan ini ketika mereka muncul.

Kita disini belajar tentang pelajaran hidup—dan untuk belajar tentang pelajaran-pelajaran hidup tersebut dari pengalaman orang lain. Begitu kita belajar bagaimana mencintai satu sama lain tanpa menghiraukan ketidaksempurnaan yang ada pada diri kita masing-masing, maka kita menunjukkan kapasitas kita untuk mencintai Ilahi. Seperti yang disebutkan dalam Bibel, "Kalau kamu tidak dapat mencintai saudaramu yang dapat terlihat secara fisik, bagaimana kamu dapat mencintai Tuhan yang tidak terlihat?" (1 John 4:20). Kita tidak bisa benar-benar dekat dan mencintai Tuhan jika kita berperang dengan sesama manusia. Semua masalah dalam suatu hubungan berasal dari kurangnya cinta yang ditunjukkan oleh orang-orang yang terlibat di dalamnya. Begitu banyak orang yang mengatakan cinta, tetapi apakah benar-benar demikian?

Umumnya kita mengetahui betapa pentingnya cinta. Kita dapat mengerti dasar-dasar Cinta Ilahi dalam bentuk yang abstrak, tetapi adakalanya terlihat begitu berat untuk benar-benar menerapkan prinsip-prinsip ini dalam kondisi kehidupan yang nyata. Jiwa-jiwa yang bijaksana telah menyatakan cinta spiritual selama berabad-abad. Jadi mengapa begitu sulit untuk merealisasikannya ke dalam suatu tindakan? Mengapa dunia tidak mejadi tempat yang lebih menyenangkan?

Pembalasan keadilan kita adalah ego diri kita sendiri—yaitu ego yang picik dan sombong. Sifat-sifat manusia seperti rasa iri, marah, dan benci yang bersemayam dalam hati dapat membuat kita menderita. Orang yang berpikiran picik, tidak dapat melihat hal lain yang terjadi dalam hidup kita, di luar pikiran sempit yang telah membelenggunya. Ada rasa takut untuk melakukan hal-hal yang di luar kebiasaan. Meskipun sifat manusia adalah untuk mencintai, kita terkadang merintangi jalan untuk pengungkapan cinta itu sendiri, manakala kita membiarkan ketidaksempurnaan ego kemanusiaan kita mengendalikan kehidupan kita.

Cinta adalah unsur esensial bagi aura kita. Salah satu hal yang saya cari dalam membaca aura adalah bagaimana energi cinta bergerak. Pergerakan aura dapat menyatakan dengan cepat tentang status dan arah pengembangan spiritual seseorang. Energi utama yang dicari adalah yang berwarna merah muda mawar yang tegas. Saya seringkali melihat energi ini sebagai sebuah berkas cahaya berwarna merah muda di sekitar aura. Energi merah muda mawar yang tegas disesuaikan dengan kebutuhan kita untuk berinteraksi dengan orang lain.

Umumnya kita mempunyai energi merah muda mawar yang tegas, yang mengindikasikan bahwa kita sudah mempunyai cinta spiritual, dan mengekspresikannya dalam berbagai cara. Kita tidak dapat mengenalinya sebagai hal yang bersifat spiritual, tetapi faktanya demikian. Dan kita seringkali kita menyertai cinta ini dengan keinginan egois kita. Saya mungkin mencintai seseorang dengan sunggguh-sungguh, tetapi pada saat yang bersamaan saya mungkin sangat egois dengan cinta saya. Saya cinta dengan apa yang orang lakukan pada saya, atau apa yang diberikan seseorang pada saya; saya cinta dengan cara seseorang membuat saya merasakan tentang diri sendiri. Jadi, saya akan menarik energi merah muda mawar yang tegas, tetapi ia tercampur dengan energi berwarna coklat cocoa, yang menyatakan keegoisan saya. Atau saya dapat menjadi posesif dalam cinta, yang ditunjukkan dengan paduan energi merah muda dengan hijau alpukat.

Saya mungkin penuh gairah dalam cinta, yang ditunjukkan dengan warna merah muda yang semakin pudar.

Yang sangat jarang terlihat adalah cinta yang egois, ilahi yang Mulia. Dengan cinta keilahian ini, warna merah muda dan ungu yang agak pucat muncul di atas kepala, bersama-sama dengan warna merah muda mawar yang tegas. Ini merupakan cinta yang mengungkapkan kapan orang memikirkan kepentingan orang lain di atas kepentingannya sendiri. Energi merah muda yang tinggi ini biasanya datang dan pergi pada kebanyakan orang. Sangat sulit untuk memelihara energi ini kecuali Anda meninggalkan kehidupan yang egois.

Tuntunan urusan duniawi kita yang berkaitan dengan hubungan manusia adalah sinar merah muda. Sinar ini merupakan cinta spiritual di bumi. Ia menghubungkan kita dengan cinta keilahian dan membuka alam perasaan kita. Tanpa sinar ini, kita akan menjadi orang yang dingin, tidak mempunyai hati. Sinar ini adalah untuk cinta di setiap permukaan yang berkilauan; mencintai orang, seni, musik, hewan, alam, dan sebagainya. Seperti halnya sinar-sinar yang lain dari urusan duniawi, sinar ini tidak dapat dirusak atau hilang, tak masalah apapun yang kita lakukan, tetapi ia dapat menjadi tidak aktif jika kita memutuskan untuk menutup hati kita. Tempat terdalam dari aura kita adalah pernyataan-pernyataan cinta yang ada dalam Pusat Hermetik, karena di sinilah rasa keinginan muncul—yaitu di jiwa. Pada kebanyakan orang, sinar tersebut aktif dalam Pusat Hermetiknya, yang terungkap dari tindakan cintanya setiap hari, baik yang besar maupun yang kecil.

Interaksi Aurik

Efek luar terbesar pada aura kita adalah interaksinya dengan aura lain. Tanpa disadari, kita dapat membuka diri kita terhadap sejumlah pengaruh dari orang lain. Pengaruh-pengaruh ini terlihat sangat jelas pada aliran aurik. Kontak dengan energi orang lain adalah kejadian yang alami karena kita terus-menerus berinteraksi dengan orang lain.

Bekerja dengan cahaya dimaksudkan untuk menarik sedikit energi cahaya dari orang lain dan lebih banyak energi cahaya dari diri sendiri. Kegiatan ini mempunyai beberapa tujuan. Pertama, untuk mulai membangun hubungan keilahian dan membantu kita untuk menyentuh sumber yang selalu murni itu. Kedua, untuk membantu kita agar tidak

terlalu tergantung satu sama lain karena kita terhubung pada Sumber yang Agung. Ketiga, untuk membantu mempertahankan interaksi-interaksi aura yang bergerak dalam pada sesuatu yang positif, tingkat tinggi dan mencegah kita dari pertukaran energi negatif.

Umumnya interaksi energi aura terjadi dalam pusat-pusat energi mereka sendiri. Mengingat pusat-pusat ini merupakan tempat untuk menerima dan meneruskan energi-energi tersebut, maka mereka memainkan peran tersebut dalam pertukaran energi. Aura itu sendiri dapat bercampur baur, tetapi tidak ada pertukaran energi yang aktual dalam aura seperti halnya yang terjadi dalam pusat-pusat. Di bawah ini adalah beberapa contoh bagaimana aura berinteraksi.

Dua orang berkelahi (Gambar 9-1)

Dalam cerita ini, ada dua orang yang sedang bertengkar, yaitu orang A dan orang B. A memulai pertengkaran dengan B. Energi yang berwarna merah pudar memancar dari pusat emosi A ke B. Jika B menerima energi negatif ini, seperti yang terjadi dalam kasus ini, maka energi ini akan dengan segera mengenai pusat emosional B. Kini B menjadi marah, dan bereaksi terhadap kemarahan A. Kemarahan B telah mengirimkan energi merah pudar kembali pada pusat emosional A, sehingga mempercepat pertengkaran. Pada titik ini, pertengkaran berubah menjadi perlombaan berteriak karena energi-energi memperluas ke emosi Vesuvius. Ketika pikiran-pikiran marah dan kata-kata yang menusuk hati ada dalam diri kita, maka energi bergerak dari pusat emosional ke pusat mental, yang membuat pemikiran tidak stabil dan selanjutnya menggelorakan pertukaran energi yang bersifat merusak. Ini adalah contoh yang baik tentang pertengkaran yang semakin berkembang.

Penolakan atas ledakan kemarahan (Gambar 9-2)

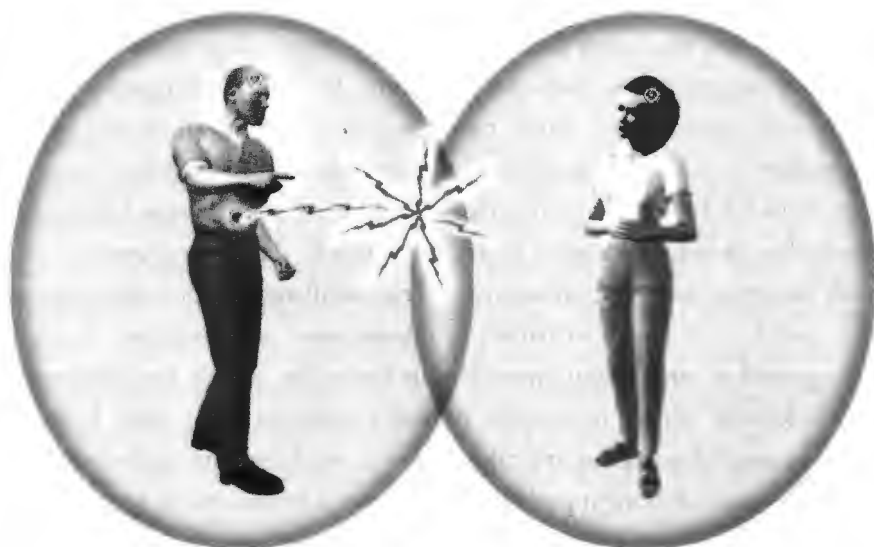
Dalam contoh ini, A masih marah terhadap B, tetapi kali ini B benar-benar menolak energi negatif tersebut, sehingga energi negatif itu tidak masuk ke bidang energi B, bahkan menghilang. Penolakan ini tidak hanya akan membersihkan aura B, tetapi juga menghentikan pertengkaran yang mungkin akan semakin berkembang jika B memberikan pengaruh negatifnya kepada A. Dalam contoh ini, B telah membuat perlindungan

spiritual (Bab 11), sehingga energi tidak akan menembus ke selubung auriknya. Namun, meskipun tanpa per-lindungan, jika B masih teguh menolak untuk memberikan reaksi, maka energi negatif A tidak akan bisa masuk lebih jauh ke dalam aura B.

Keluarga

Sekarang mari kita lihat bagaimana menerapkan cahaya dalam jenis hubungan tertentu. Kita akan mulai dari keluarga. Kita semua tahu pentingnya keluarga dan hubungannya terhadap kesejahteraan kita. Unit keluarga adalah tulang punggung dari setiap masyarakat, dan merupakan salah satu sistem pendukung utama dalam kehidupan. Pengalaman-pengalaman yang terjadi dalam keluarga biasanya akan membentuk mental menjadi kuat, baik yang berkaitan dengan perasaan dan kepercayaan tentang diri sendiri, atau yang lain, dan kehidupan pada umumnya. Keluarga adalah tempat di mana kita pertama kali membangun hubungan dengan orang lain; keluarga merupakan tempat di mana kita belajar bagaimana memberi dan menerima, dan juga bagaimana untuk mencintai. Pentingnya sebuah kehidupan keluarga yang kuat, tidak dapat dipaksakan. Ketika kita mendapat pengalaman keluarga yang baik, itulah kepercayaan dan kestabilan dasar yang akan kita bawa sepanjang hidup. Ini merupakan landasan yang sangat kuat yang dapat kita bangun. Sebaliknya, tumbuh di dalam keluarga yang tidak berfungsi akan membawa korban. Kondisi keluarga yang tidak normal ini akan menempatkan kita pada situasi yang tidak menguntungkan dan, jika kita tidak dapat mengatasi pengalaman kurang baik itu, maka ia dapat menghalangi kehidupan kita. Sekali lagi, ada begitu banyak faktor yang terlibat dalam dinamika keluarga, namun dalam buku ini kita hanya membahas sebagian kecil saja, yaitu lebih pada arah pokok kehidupan kita untuk menunjukkan seberapa efektif cahaya dapat menyelesaikan perselisihan dalam keluarga seperti permusuhan, kebencian dan penderitaan.

Konseling spiritual saya lebih banyak diarahkan pada bantuan untuk menyembuhkan trauma keluarga, masa lalu dan masa sekarang. Saya ingat satu kasus yang membutuhkan penanganan secara khusus. Ada seorang anak laki-laki yang orangtuanya tewas dalam kecelakaan mobil. Dia tidak punya saudara lain dan ia menjadi sebatang kara. Sepasang suami isteri

Gambar 9-1: **Dua orang sedang bertengkar**

Gambar 9-2: **Menolak ledakan kemarahan**

segera mengadopsinya, dan mereka mencoba melakukan apa saja untuk anak tersebut. Anak tersebut sangat sedih dan seringkali menangis pada malam hari kalau mengingat kedua orangtuanya. Ia mengekspresikan frustasi dan kemarahannya kepada ibu yang mengadopsinya, dan mengatakan seperti ini, "Saya tidak menyukai Anda. Saya tidak menginginkan Anda. Saya ingin ibu saya kembali." Ibu angkatnya itu telah melakukan yang terbaik yang dapat ia lakukan untuk anak itu, tetapi dengan berjalannya waktu, segalanya tidak menjadi lebih baik. Anak tersebut semakin menjadi tidak toleran dan sulit dikendalikan. Ayah angkatnya selalu bepergian jauh untuk berdagang, sehingga pengasuhan anak tersebut sepenuhnya ada di tangan ibu angkatnya. Ia tidak tahu bagaimana mengendalikan anak itu dan khawatir apakah ia sudah melakukan hal yang benar dalam mengadopsinya. Ia mencintai anak itu tetapi rasa frustasinya karena kurang kooperatifnya anak tersebut membuatnya melakukan beberapa kesalahan, termasuk menamparnya beberapa kali, yang justru semakin menambah permasalahan.

Ia datang pada saya untuk berkonsultasi dan mulai bekerja dengan cahaya untuk mencoba mengembalikan segala sesuatunya agar menjadi baik kembali. Pertama ia menggunakan sinar cinta, untuk menanamkan kesabaran dan rasa cinta dalam dirinya, sehingga cinta alaminya dapat mengalir dengan bebas. Pada saat yang sama, frustasi dan kemarahan yang telah menyebabkannya salah mengendalikan sejumlah situasi perlu dilepaskan. Ia juga mendatangkan sinar keperakan untuk membimbingnya agar dapat lebih memahami dan dapat menangani anak dengan lebih baik. Kemudian ia bekerja dengan sinar merah muda, dan mengirimnya pada anak itu untuk menyembuhkannya dari rasa kehilangan kedua orangtuanya dan untuk menunjukkan bahwa ia benar-benar mencintainya. Ia juga menggunakan sinar hijau emerald dan keemasan untuk keseimbangan dan kekuatan untuk mengelola perilaku anaknya yang sulit. Hal ini berlangsung beberapa bulan ketika akhirnya, anak tersebut mulai berubah sikapnya menjadi hangat pada ibu angkatnya. Mereka mulai pergi keluar dan melakukan segala sesuatunya bersama-sama, yang sebelumnya tidak pernah dilakukan, dan hubungan yang benar-benar hangat dan rasa menyayangi di antara mereka pun mulai tumbuh.

Memang diakui, dan sudah menjadi fakta bahwa sejumlah konfliks yang sangat intens bisa terjadi dalam keluarga kita sendiri. Mungkin ini

merupakan sebuah paradoks: Jika unit keluarga merupakan bagian kritis dari pengembangan diri dan karakter kita, mengapa keluarga seringkali berubah menjadi sumber terbesar dari banyak perselisihan atau pertengkaran? Beberapa dinamika ikut mengambil peran, tetapi umumnya ujian terbesar kita dalam hubungan manusia adalah dengan keluarga sendiri. Pengalaman keluarga menyentuh ke dalam ceruk-ceruk jiwa kita yang paling dalam—terkadang menghasilkan sesuatu yang tidak begitu besar. Karma memainkan bagian yang besar dalam dinamika keluarga. Pokok bahasan kali ini adalah tentang permasalahan dalam keluarga yang seringkali berkaitan dengan proses pertumbuhan dan pembelajaran. Untungnya, jiwa kita dapat mengatasi setiap hambatan yang mungkin dihadapi dalam kehidupan keluarga. Kita tidak dapat selalu mengontrol keadaan-keadaan yang datang pada jalan hidup kita, tetapi kita dapat mengontrol pengaruh dari berbagai pengalaman tersebut agar mereka tidak membayangi atau membatasi langkah kita di masa depan.

Orang Tua dan Anak

Ada pepatah lama mengatakan, "Berikan saya tujuh tahun pertama dari kehidupan seseorang dan Anda dapat mengambil sisanya." Beberapa orang percaya bahwa dalam tujuh tahun pertama, kecenderungan dan karakter seseorang terbentuk. Bagaimana seseorang dididik, dan bagaimana ia terbuka dengan berbagai jenis rangsangan dan pengalaman, akan membentuk karakternya. Orang-orang tersebut berpendapat bahwa karakter kita ditentukan terutama oleh didikan yang kita terima, dan tidak ada kecenderungan pembawaan sejak lahir—pengasuhan lebih utama daripada sifat dasar. Filosofi metafisika tidak menerima sudut pandang tersebut. Filosofi ini mengajarkan bahwa meskipun lingkungan kita sangat mempengaruhi kita, namun kita memiliki kehidupan yang sangat merdeka dari asuhan dan lingkungan kita. Kita adalah kehidupan yang abadi, dengan didahului oleh suatu kehidupan sebelum dan sesudah keberadaan fisik. Kehidupan dunia hanyalah sebuah tahapan dalam evolusi spiritual kita, oleh karenanya maka kita berada dalam kontrol pengaruh keluarga kita.

Dari sudut pandang spiritual, tujuh tahun pertama sebenarnya mempunyai suatu tempat yang unik dalam pengembangan jiwa. Dibutuhkan waktu tujuh tahun bagi semua energi aura untuk membentuk diri mereka secara penuh dalam tubuh fisik. Ada banyak hubungan yang

dibuat, hubungan-hubungan yang harus dibuat setahap demi setahap. Pada saat seorang anak berusia enam tahun, aliran energi terbentuk, dan seseorang mulai suatu proses pertumbuhan yang cepat. Dalam tujuh tahun pertama, aliran auranya sangat lembut. Jika ada gangguan dalam aliran auranya, maka ia dapat dengan mudah diperbaiki. Setelah berusia tujuh tahun, perbaikan aliran aurik masih dapat dilakukan tetapi kini menjadi lebih sulit.

Ini berarti bahwa masa tujuh tahun pertama adalah masa yang paling kritis. Cinta atau kasih sayang penting hadir di setiap saat, tetapi ia bisa menjadi semakin penting pada saat-saat khusus. Pengasuhan dalam masa-masa itu berarti pengorbanan, waktu dan energi. Ini berarti pembelajaran bagaimana menghadirkan rasa kasih sayang dalam memenuhi berbagai kebutuhan anak baik dari aspek fisik, emosional, intelektual, maupun spiritual.

Penting diketahui bahwa kita dilahirkan dalam keluarga kita tidak secara kebetulan. Ada sebuah alasan mengapa kita mempunyai sebuah keluarga tertentu. Ini semua merupakan bagian dari pola pertumbuhan spiritual yang harus kita lalui. Tak masalah apakah kita terlahir menjadi kaya atau miskin, memiliki orang tua yang baik atau yang kurang baik, atau bahkan tumbuh sebagai yatim piatu atau sama sekali tak punya orang tua. Pengalaman hidup yang paling menantang menawarkan kesempatan untuk mengembangkan spiritual seseorang.

Cara orang mengatasi berbagai tantangan dalam keluarga berbeda-beda. Banyak orang yang jiwanya sangat kuat sehingga mampu melewati kemalangan yang dialami dengan gilang gemilang. Sementara itu, ada pula yang selalu dibayangi oleh trauma masa kecil, hingga trauma itu terus bersemayam dalam diri mereka. Dari sini terlihat bahwa kita semua mempunyai kemampuan untuk melewati dan mengatasi setiap kondisi dalam kehidupan kita, termasuk kondisi yang paling buruk. Ketika kita mencoba untuk mengatasi berbagai tantangan tersebut, Tuhan selalu memberi kita dorongan spiritual untuk melewati semua masalah tersebut. Abraham Lincoln tumbuh dalam keluarga yang miskin dan dan tidak bisa membaca. Ia belajar sendiri dengan cahaya bulan. Jadi apapun kendala yang dihadapi dan situasi yang coba diatasi, yakinlah bahwa kita dapat memulihkannya, atau membuat segala sesuatunya menjadi lebih baik. Jika kita mempunyai masa kanak-kanak yang sulit dan mengalami trauma selama bertahun-tahun, maka kita harus dapat melepaskan energi negatif

tersebut. Kini kita mempunyai alat untuk memulihkan kondisi-kondisi tersebut. Ini sebenarnya menjadi bagian dari takdir kita untuk bekerja dengan segala kerterbatasan kita.

Saudara

Saudara laki-laki dan saudara perempuan kita bisa menjadi teman terbaik kita sepanjang hidup, atau sebaliknya mereka dapat menjadi musuh kita, karena adanya perselisihan, atau bahkan sifat yang acuh tak acuh satu sama lain, dan salah satu dari kita pergi jauh dan menjadi orang asing bagi kita. Penyebab perselisihan yang biasanya terjadi antara saudara adalah persaingan dan iri hati. Seorang anak mungkin merasa bahwa ia tidak diperhatikan. Barangkali orang tua mempunyai seorang anak kesayangan, sehingga anak-anaknya yang lain benci terhadap perlakuan orangtuanya. Ini adalah sebuah kesalahan yang seringkali dilakukan oleh orang tua, biasanya tanpa orang tua menyadarinya. Perbedaan perlakuan terhadap anak bisa jadi disebabkan karena adanya faktor tertentu, misalnya seorang anak mempunyai bakat yang menonjol sehingga karena itulah ia menjadi semakin diperhatikan. Perlakuan tersebut kemudian dapat membangkitkan kecemburuan di antara kakak dan adik. Seperti kita ketahui, persaingan-persaingan ini dapat terbawa hingga mereka dewasa.

Cahaya dan Keluarga

Jika Anda mempunyai masalah dengan anggota keluarga, Anda harus berupaya untuk menghentikannya agar tidak berkembang ke hal-hal lain yang tidak diinginkan. Anda harus berhati-hati untuk tidak menyalahkan orang lain atau seseorang atas apa yang sedang terjadi. Amati hati Anda untuk melihat apa kontribusi Anda terhadap dilema yang dihadapi saat ini, sehingga untuk mengatasinya, Anda akan berangkat dari hal-hal yang sudah jelas. Jika Anda merasa tidak bersalah, maka Anda harus menggunakan cahaya untuk membantu Anda dan juga semua anggota keluarga yang terlibat, sehingga mereka dapat mulai untuk melihat sesuatu dari suatu perspektif spiritual. Seperti halnya dalam setiap jenis hubungan, adakalanya orang lain akan memberikan respon terhadap cahaya, adakalanya tidak. Fokus utama sebaiknya pada pembangunan sinar cahaya untuk mempertahankan apa yang sedang Anda lalui dengan keberanian

dan ketabahan, sehingga Anda dapat keluar dari pengalaman ini dengan kemenangan.

Dalam hal ini, Anda harus menggunakan kombinasi teknik energi termasuk pembersihan emosional/mental, pengampunan, dan petunjuk Tuhan. Situasi Anda akan diperhatikan oleh Diri-yang-Lebih-Tinggi Anda. Ia memahami berbagai tantangan yang sedang Anda hadapi dan ia melakukan apa saja yang ia bisa lakukan. Kehidupan spiritual jauh lebih memahami dan sudah terbiasa dengan penderitaan manusia sehingga kita harus menghargainya; ia melakukan apapun dengan kekuatannya untuk membantu mengurangi penderitaan itu.

Teman-Teman

Teman sejati merupakan salah satu berkah terbesar yang dapat kita terima. Satu-satunya alasan orang berteman adalah karena afinitas yang alami dan keinginan untuk bersama. Tidak ada komitmen formal, hanya asumsi bahwa kebersamaan mereka diikat oleh keinginan untuk saling setia, saling jujur dan terutama mereka tetap menjadi diri mereka sendiri. Dalam aura, hal ini seringkali terlihat sebagai pertukaran energi kuning lemon pada tingkatan mental, karena dengan teman, berarti kita berbagi ketertarikan tentang hal-hal yang bersifat umum. Pertukaran energi yang berwarna merah muda pada tingkat Hermetik, menyatakan cinta dan rasa persahabatan satu sama lain. Salah satu bentuk terbaik persahabatan adalah persaudaraan spiritual yang dibentuk oleh dua orang yang melewati jalur cahaya bersama-sama.

Kunci persahabatan adalah sederhana, seperti pepatah mengatakan: "Untuk mendapatkan seorang teman, jadilah seorang teman." Jika Anda merasa sepi dan berharap mempunyai seorang teman sejati, jangan meratapi dan merasa kasihan terhadap diri sendiri. Pergilah keluar dan ekspresikan persahabatan. Pada akhirnya, orang dengan afinitas yang sama dengan Anda akan tertarik pada Anda. Selain teman sejati, ada pula teman biasa. Orang-orang ini tidak benar-benar tertarik dengan Anda; Mereka tertarik dengan apa yang dapat mereka dapat dari Anda. Adakalanya, teman baik akan menggunakan satu sama lain untuk alasan egois. Hal ini tentu tidak baik untuk suatu hubungan. Salah satu hasil sampingan terbaik dari bekerja dengan Cahaya Ilahi adalah bahwa Anda secara alami menarik orang untuk

menuju kepada Anda. Ketika aura Anda berwarna lebih cerah, orang merasa dirinya tertarik dengan Anda, tanpa benar-benar mengetahui apa alasannya.

Jangan memaksakan sesuatu. Anda tidak dapat membuat seseorang menyukai Anda; rasa suka harus terjadi dengan sendirinya. Tetapi Anda dapat menggunakan sinar merah muda mawar yang tegas untuk menciptakan energi aura yang lebih mencintai, yang dapat membantu Anda untuk menarik teman-teman baru.

Profesional

Hubungan profesional dapat menjadi sangat rumit. Ketika sesorang berada dalam posisi untuk mempengaruhi hidup kita dengan tindakannya, maka kita cenderung menjadi sangat hati-hati untuk bertindak terhadap mereka. Kita dapat menjadi sangat bersahabat dengan majikan, tetapi kita tahu bahwa jika kita melakukan sesuatu untuk melukai perasaan orang tersebut, maka kita dapat dipecat. Hubungan yang berat sebelah dapat membuat kita merasa takut atau benci pada kewenangan orang tersebut. Dengan cara yang sama, majikan dapat melihat pada karyawan dengan keprihatinan. Apakah mereka melakukan tugas-tugas mereka? Apakah mereka mengambil keuntungan dari saya? Apakah mereka menghargai saya? Apakah mereka teman atau lawan? Ketakutan-ketakutan dan kebencian-kebencian ini dapat menciptakan banyak ketegangan.

Sekali lagi, sudut pandang spiritual mempunyai jawaban langsung terhadap kebingungan ini. Ketika terlibat dalam hubungan yang profesional, ingatlah penegasan ini:

"Tuhan adalah majikan dan Tuhan adalah pekerja."

Banyak sekali orang yang secara otomatis mengkastakan "keunggulan" atau rasa superioritas mereka dalam peran yang berlawanan. Jika kita secara terus menerus merasa tidak nyaman karena perselisihan dengan para atasan, atau jika para atasan itu tampaknya tidak pernah memahami kita, maka sudah waktunya bagi kita untuk melihat sikap kita terhadap mereka. Biasanya kondisi-kondisi seperti ini terjadi karena ada sesuatu yang kita lakukan. Yang dapat menenangkan hati kita saat menghadapi masalah ini adalah mengingat bahwa kita hanya mempunyai satu majikan yang

sebenarnya, dan itulah Tuhan. Jika ada orang yang harus kita perhatikan dan kita senangkan, itu adalah Tuhan. Sekali lagi, ada pembelajaran spiritual dalam memainkan peran atasan dan karyawan, sesuatu yang penting untuk dipelajari yang akan membantu kita untuk berkembang. Jika kita tidak menyukai lingkungan kehidupan kita, maka kita harus berupaya untuk mengubahnya. Ketika berurusan dengan atasan yang sulit atau karyawan yang tidak puas, kita harus bekerja keras untuk memahaminya dan kemudian mencoba untuk menyelesaikan sebelum masalahnya semakin membesar.

Hal yang sama juga berlaku dalam hubungan spiritual untuk teman-teman sejawat atau rekan kerja. Bisa jadi rasa iri dan kompetisi di antara rekan kerja untuk mendapatkan pengakuan dan promosi, dan ini dapat menciptakan banyak ketegangan. Kita harus melihat rekan kerja kita dalam cahaya spiritual yang sama seperti yang lain. Spiritual mereka juga dalam proses pertumbuhan. Jika mereka melakukan sesuatu untuk menodai reputasi atau nama Tuhan kita, maka kita mempunyai hak dan tugas untuk melindungi diri kita sendiri; tetapi sekali lagi, kita tidak harus melakukannya dengan kemarahan atau kebencian. Ilahi ada sepenuhnya dalam diri mereka. Lihatlah mereka dalam esensi keilahian mereka.

Sinar yang paling penting untuk memperbaiki hubungan spiritual adalah sinar hijau emerald dan merah muda mawar yang tegas. Sinar ini dapat lebih menciptakan rasa cinta dan keselarasan hubungan. Dalam bermeditasi, kirimlah sejumlah energi kepada lawan dan kepada diri kita sendiri. Jika dalam hubungan tersebut ada konfrontasi, maka lakukan kerja pengampunan dan cobalah untuk memulai kerja ini dengan hati yang bersih. Sinar perak adalah energi yang baik digunakan untuk mengatasi kesulitan dalam komunikasi.

Lawan

"Musuh-musuh" kita merupakan ujian terbesar kita. Salah satu indikator yang paling jelas tentang karakter kita sesungguhnya dapat dilihat dari cara kita mengatasi hubungan yang saling berlawanan. Ada kisah yang menarik tentang Ibu Teresa, ketika dia pertama kali menetapkan rumah sakitnya untuk orang miskin. Dalam menjalankan kegiatannya itu, Ibu Teresa telah menghadapi banyak perlawanan dari seorang pendeta Hindu

lokal. Pendeta ini melakukan apa saja untuk menghentikan kegiatan Ibu Teresa karena ia bukan orang India dan bukan orang Hindu. Ibu Teresa tidak memberikan reaksi terhadap kecaman-kecaman tajam darinya. Bahkan ketika pendeta tersebut sekarat—dan diasingkan oleh pengikut setianya—ia terus memandang rendah Ibu Teresa. Tetapi, tak ada seorang pun yang mau menolongnya selama pengasingannya—tak seorangpun, melainkan hanya Ibu Teresa! Ketika ia mendengar bahwa laki-laki tersebut sekarat, ia segera membawanya masuk dan memperlakukannya dengan cinta dan kasih sayang yang sama dengan yang ia tunjukkan kepada semua orang yang sakit dan sekarat. Pendeta ini tidak dapat mempercayai dengan apa yang dialaminya bahwa wanita ini dapat memberikan begitu banyak kebaikan kepada seseorang yang telah membencinya sedemikian rupa. Akhirnya pendeta tersebut meninggal, tetapi tidak tanpa meminta maaf kepada Ibu Teresa. Berita-berita tentang Ibu Teresa tersebut telah tersebar kemana-mana, karena semua orang tahu betapa banyak masalah yang pendeta tersebut timbulkan pada Ibu Teresa. Ini merupakan kejadian khusus yang menempatkan Ibu Teresa pada jalan popularitas internasional.

Jika Anda dihadapkan dengan dendam yang kuat, latihan berikut akan sangat membantu untuk memutuskan simpul-simpul yang menjerat energi negatif tersebut. Latihan ini mungkin bisa atau mungkin juga tidak melepaskan orang yang membuat Anda dendam tersebut, dari kehidupan Anda secara keseluruhan. Namun, yang pasti ia dapat membantu untuk melepaskan hubungan yang bersifat merusak di antara Anda.

Mulailah dengan meditasi Diri-yang-Lebih-Tinggi. Ketika Anda berada dalam Diri-yang-Lebih-Tinggi, lihatlah diri Anda yang berada dalam gelembung merah muda dan cahaya putih. Rasakanlah gelembung tersebut melingkupi Anda dan meringankan semua tingkatan dari tubuh Anda. Lihatlah orang lain yang duduk berseberangan dari Anda dalam gelembung merah muda dan cahaya putih juga. Lalu niatkan cahaya untuk melepaskan Anda dan orang lain dari hal-hal yang bersifat negatif yang mengikat Anda.

Ulangi latihan ini ketika Anda merasa perlu untuk mengulanginya. Perhatikan berapa banyak tingkatan meditasi ini bekerja. Ironi dari hubungan permusuhan adalah adanya kasih sayang yang aneh di antara orang-orang yang saling membenci satu sama lain. Perasaan negatif yang kuat dapat mendekatkan Anda dengan orang lain sama persis seperti cinta. Freud mengamati bahwa kebalikan dari cinta bukanlah benci, tetapi

ketidakacuhan. Anda harus lepas dari rasa benci jika benar-benar ingin bebas dari pengaruh orang lain.

Percintaan dan Pernikahan

Kini kita memfokuskan cahaya pada salah satu hal yang paling mudah hilang dan dinamis dari semua hubungan manusia—yaitu interaksi romantis dari laki-laki dan perempuan. Ada begitu banyak pertanyaan, perdebatan, peraturan dan pendapat yang bertentangan tentang sifat sesungguhnya dari keterlibatan romantis dan hubungan seksual yang telah menjadi olok-olok dan mengecewakan banyak orang, terutama berkaitan dengan proses kencan. Kondisi ini direfleksikan oleh mereka dalam bentuk harapan yang tidak realistis, tingkat perceraian yang tinggi, keluarga yang tidak utuh, dan menjadi tempat berbagai kesengsaraan emosional dan mental.

Hubungan laki-laki/perempuan merupakan hal yang sakral. Evolusi fisik membagi jenis kelamin ke dalam laki-laki dan perempuan sebagai perwujudan dari keseimbangan spiritualnya—sifat magnetis dan dinamis dari kehidupan. Polaritas magnetik/dinamis merupakan hal yang paling esensial dari semua kehidupan nyata. Ini adalah tentang memberi dan menerima, serta pasang dan surut dalam alur kehidupan. Dualitas dari kehidupan aktif ini dapat dilihat pada setiap tingkatan makhluk. Bahkan Tuhan memanisfestasikan sebagai prinsip *the Dynamic Father* dan sebagai prinsip *the Magnetic Holy Mother*. Ini merupakan kesatuan kosmis dari dua kekuatan kehidupan yang menciptakan setiap jiwa yang abadi.

Ciri-ciri pokok dari sifat dinamis adalah *pikiran*. Tuhan Bapa (*God the Father)* adalah Pikiran Ilahi (*Divine Mind*) yang sedang bekerja. Ia adalah yang memberi, yang memulai, kekuatan dari dalam, kemauan dan kebijaksanaan Ilahi. Sifat pokok dari alam magnetis adalah *jantung*. Tuhan Ibu yang Kudus (*God the Holy Mother)* adalah cinta. Ia adalah rasa kasihan, cinta, kecantikan, kesatuan, pengasuhan, dan keinginan. Semua kehidupan yang diciptakan saling mempengaruhi antara kedua kutub ini, yang menghasilkan keseimbangan kosmis dan irama kehidupan spiritual. Kedua aspek dari Tuhan ini sama-sama penting. Ketika kita sepertinya menempatkan prinsip Tuhan *the Father* sebelum *the Mother*, maka ini hanya pemahaman bahwa diperlukan adanya aksi sebelum ada reaksi.

Selanjutnya kita akan membahas prinsip hubungan laki-laki/ perempuan yang kedua: dalam diri kita masing-masing terdapat polaritas kegiatan magnetis dan dinamis. Ini berarti bahwa jiwa kita bukan laki-laki atau perempuan, tetapi mengandung kedua sifat keilahian tersebut. Ketika kita menjelma dalam bentuk fisik, kita mempertentangkan sifat magnetis dan dinamis, tergantung dari jenis kelamin kita. Bukan berarti tidak ada sifat lain dalam diri kita. Ini berarti bahwa kita memilih untuk menekankan satu di atas yang lain, tetapi keduanya masih harus dalam keadaan seimbang. Jadi, dengan terlahir sebagai laki-laki, kita berarti mengekspresikan sifat yang dinamis, prinsip utama kehidupan kita dan membawanya ke garis terdepan. Namun kita harus menyeimbangkan sifat dinamis tersebut dengan sifat magnetis kita. Jika kita terlahir sebagai perempuan, maka kita berarti mengekspresikan sifat magnetis dan menyeimbangkannya dengan aliran dinamis kita. Tujuan spiritual adalah untuk menyeimbangkan dua aliran, sehingga kita dapat mengekspresikan kedua kualitas spiritual tanpa memperhatikan gender kita.

Ada sebuah alasan suci mengapa Anda dilahirkan dengan jenis kelamin seperti apa adanya Anda. Ini bukan suatu kesalahan atau kesempatan. Langkah pertama dalam menciptakan peluang yang lebih besar untuk terjadinya keselarasan dengan jenis kelamin yang berlawanan adalah agar menjadi nyaman dan selaras dengan jenis kelamin Anda. Jika Anda laki-laki, nikmati kelaki-lakian Anda. Jika Anda perempuan, nikmati keperempuanan Anda. Tidak ada yang salah dengan mengekspresikan berbagai karakter dari jenis kelamin Anda selama Anda menyimpan segala sesuatunya dalam perspektif yang sebenarnya.

Berbagai permasalahan muncul ketika salah satu dari kedua jenis gender tersebut mencoba untuk mendominasi atau memanipulasi masalah gender yang lain. Jangan pernah menggunakan keuntungan-keuntungan gender atas orang lain, tetapi gunakan lebih sebagai penyeimbang dan mitra. Sebagai bagian dari pertumbuhan spiritual Anda, maka Anda belajar bagaimana hidup dalam damai dan kesenangan dengan jenis kelamin yang berlawanan. Ini merupakan salah satu keberkahan dari kehidupan fisik Anda. Sepasang suami isteri yang saling cinta, menghargai dan membela satu sama lain merupakan hasil kerja dari keindahan spiritual! Cinta yang romantis membantu untuk mengembangkan jiwa pada jalur menuju Tuhan.

Aliran dinamis/magnetis ini mengekspresikan diri mereka sendiri dengan sangat jelas dalam aura. Sisi kanan dari aura membawa aliran cahaya yang dinamis dan sisi kiri menarik aliran magnetis (lihat Gambar 9-3). Polaritas ini adalah kritis terhadap aura yang seimbang. Sisi kanan cenderung membentuk energi keemasan, merah dan lainnya, sementara sisi kiri mempunyai energi berwarna merah muda, ungu dan lainnya. Ini bukan peraturan yang mutlak, tetapi Anda akan lebih sering melihatnya seperti itu. Beberapa energi dapat menjadi dinamis dan magnetis, seperti sinar hijau dan biru. Selain itu, Diri-yang-Lebih-Tinggi akan menghembuskan sinar magnetis dan dinamis yang indah hingga ke sisi kiri dan sisi kanan dari aura, tergantung pada kebutuhan tertentu.

Jika aliran magnetis dan dinamis dalam aura tidak seimbang, maka energi akan membantu menyeimbangkannya. Jiwa yang terlalu magnetis tidak akan mempunyai radiasi dinamis yang diperlukan pada sisi kanan, dan orang yang terlalu dinamis umumnya tidak akan memiliki radiasi magnetis yang diperlukan pada sisi kiri. Kondisi ini berlangsung hingga aura dalam keadaan seimbang. Setiap individu harus seimbang secara dinamis dan magnetis, tanpa memperhatikan jenis kelamin. Jika Anda adalah orang yang penyayang dan baik tetapi tidak punya kekuatan, maka Anda harus mengembangkan sisi dinamis sambil terus menjadi orang yang baik dan penyayang. Dengan cara yang sama, jika Anda adalah orang yang rajin dan giat tetapi menghina orang lain, maka Anda harus belajar untuk menjadi orang yang lebih banyak memberi dan ramah, namun tetap menjadi orang yang rajin dan giat.

Berkencan

Unsur pokok dalam berkencan adalah *kecocokan*. Orang dapat berkencan dengan berbagai alasan, tetapi untuk terciptanya pertumbuhan spiritual, kita ingin menemukan seseorang yang sangat cocok dengan kita. Kecocokan dengan pasangan dapat ditunjukkan dengan kondisi aura yang sangat baik. Ketika dua orang cocok, ada pertukaran energi yang indah pada pusat Hermetik dan pusat emosional. Biasanya ada warna merah muda, yang menujukkan aliran cinta. Warna oranye menyatakan antusiasme dan ketertarikan yang dimiliki oleh mereka satu sama lain. Ada juga pertukaran energi berwarna ungu, yang menunjukkan adanya kedamaian dan ketenteraman dengan jiwa yang lain. Mereka secara intuitif

percaya satu sama lain dan merasa sangat nyaman. Ketika saya melihat jenis energi ini, saya tahu orang-orang tersebut sangat mungkin untuk menjadi pasangan yang baik. Jika kedua orang tersebut tidak cocok, maka biasanya akan ada pertukaran energi berwarna abu-abu. Ia akan memancar dari Pusat Hermetik, yang menunjukkan adanya kesedihan dan kegelisahan yang sedang dialami.

Jika Anda merasa kesulitan menemukan seseorang yang cocok, maka Anda dapat bekerja dengan cahaya untuk membantu menarik seseorang yang cocok dengan Anda. Pertama-tama Anda perlu mencari tahu apa yang sedang Anda cari. Apakah Anda sedang mencari orang untuk menjadi sahabat atau mencari pasangan untuk menikah? Perjelaslah apa yang Anda inginkan. Jika Anda hanya mencari seseorang untuk berkencan, maka kebersamaan tersebut hanya bersifat sementara. Saat-saat bersama memang sangat menyenangkan, tetapi kesempatan untuk mendapatkan pasangan untuk menikah menjadi lebih kecil. Sebaliknya, jika Anda mencari pasangan untuk menikah, maka Anda sedang melangkah ke dalam sesuatu yang lebih pasti, dan komitmen untuk menikah akan menjamin bahwa kebersamaan Anda dengan pasangan dapat berlangsung lebih lama.

Evaluasilah kualitas yang ingin Anda tawarkan pada orang lain. Orang seringkali sangat terfokus pada apa yang diinginkan dalam diri orang lain, sehingga mereka tidak melihat apa yang bisa mereka berikan untuk orang lain. Anda harus bersedia untuk memberi dan berkorban. Jika Anda merasa sudah melakukan semua hal tersebut dan masih belum berhasil, maka Anda perlu mengidentifikasi setiap pikiran negatif tentang keinginan untuk mendapatkan apa yang Anda inginkan. Misalnya, Anda mungkin mengatakan ingin mendapat pasangan untuk menikah, tetapi jauh di dalam hati, barangkali Anda tidak siap untuk menyerahkan kesenangan dan keriangan yang dirasakan pada saat masih sendiri. Atau mungkin Anda menginginkan seseorang dengan sangat tulus tetapi Anda merasa tak pantas mendapatkan seorang teman yang berharga. Semua persoalan ini harus dihadapi dan diselesaikan sebelum Anda dapat menarik orang-orang yang Anda inginkan.

Ada beberapa cara yang dapat digunakan untuk menarik orang yang tepat agar datang pada Anda. Jika Anda masih dalam keadaan bingung saat bekerja dengan cahaya, maka Anda akan sering menarik orang yang salah karena Anda apa yang Anda inginkan tidak jelas. Jika Anda

Gambar 9-3: **Polaritas dari Aura**

mempunyai masalah untuk menarik orang yang benar-benar cocok, maka hal pertama yang perlu dilakukan adalah pembersihan spiritual dengan nyala api merah oranye. Sinar ini bermanfaat untuk melepaskan pola-pola dan gambaran-gambaran salah yang mungkin telah Anda kembangkan.

Kemudian, bekerjalah dengan cahaya putih dan niatkan agar sinar ini menyentuh ke dalam Titik Diri-yang-Lebih-Tinggi untuk memberikan Anda gambaran yang jelas tentang tipe orang yang Anda butuhkan dalam hidup Anda.

Tetap tenangkan diri Anda dan bersiaplah untuk menerima apapun yang datang pada Anda. Sekali lagi. Anda mungkin mendapat inspirasi seketika itu juga, atau beberapa saat kemudian. Yang Anda cari dalam meditasi ini adalah kualitas dari orang yang akan menjadi pasangan terbaik untuk Anda. Dengan cara ini, Anda akan mendapatkan ide yang jauh lebih baik tentang apa yang akan dicari. Lanjutkanlah kerja ini dengan menggunakan sinar keperakan guna mempercepat pengenalan dalam tubuh mental tentang citra seseorang yang akan diberikan pada Anda. Dalam hal ini, sinar keperakan juga akan membantu menstabilkan citra itu agar menjadi lebih baik.

Kemudian tambahkan nyala api putih biru untuk membantu mengintensifkan dan mempertahankan citra itu hingga orang tersebut dapat menjadi suatu kenyataan bagi Anda.

Dengan ketiga sinar ini, Anda telah mempercepat tingkatan mental Anda untuk memfokuskan pikiran pada arah yang benar. Dengan cara ini, ketika orang yang tepat datang, maka Anda akan mengenalinya. Begitu Anda telah bekerja pada tingkatan mental, kemudian ikutilah dengan cahaya kebijaksanaan.

Seks dan Energi Spiritual

Seks barangkali merupakan alasan pokok mengapa banyak orang memutuskan untuk tidak mengejar kehidupan spiritual. Mereka beranggapan bahwa menjadi spiritual berarti tidak melakukan hubungan seksual. Atau jika tidak melakukan secara total, setidaknya ada pembatasan terhadap kesenangan seksual. Ini merupakan pemahaman yang keliru. Orang melihat para pendeta dan biarawati bersumpah tidak menikah (selibat) dan mengatakan," Jika *itu* yang diperlukan untuk menjadi

spiritual, maka itu bukan untuk saya!" Banyak sekolah metafisika yang modern mencoba untuk menganggap enteng hal tersebut: mereka mengatakan seks bukanlah persoalan selama disertai dengan cinta. Namun seks mempunyai efek yang sangat jelas pada kehidupan dan aura kita. Tentunya, semua kita mengetahui bahwa seksual mempunyai fungsi penting untuk mendapatkan keturunan dan itu merupakan bagian dari daya tarik mengapa orang ingin bersama-sama. Kita juga mengetahui bahwa setiap manusia yang memasuki masa pubertas mengalami perasaan seksual dan itulah yang menyebabkan kita menganggapnya sebagai sesuatu yang penting dan sensasi bagi diri kita tanpa memperhatikan bagaimana cara kita mengekspresikannya. Sehingga pertanyaannya bukan *apakah* seksualitas harus menjadi bagian dari kehidupan spiritual kita, tetapi lebih *bagaimana* seksualitas menjadi bagian dari kehidupan spiritual kita.

Dalam aura, energi seksual memancar dari Cakra Akar. Cakra Akar bekerja dengan cara yang sedikit berbeda dari pusat-pusat lain, terutama dalam hal pergerakan energi. Pada empat pusat utama yang menjadi obyek kita bekerja dengan cahaya, energi berada dalam kondisi konstan untuk menerima dan meneruskan. Sebagaimana yang kita lihat dalam Bab 3, Cakra Akar tidak berfungsi seperti itu. Cakra Akar sudah mempunyai gudang spiritual yang khusus di dalamnya. Cahaya dalam pusat ini telah ditempatkan disana sebagai bagian dari desain spiritual untuk melayani fungsi yang sangat spesifik. Fungsi ini adalah sesuatu yang telah kita lakukan selama berabad-abad dalam berbagai bentuk. Ini adalah sesuatu yang merupakan bagian intim dari hidup dan karakter kita. Energi Cakra Akar memberikan kita kekuatan untuk *menciptakan*. Ini bukan ciptaan, inspirasi, dan tindakan yang sebenarnya, tetapi daya, gerakan, dan kekuatan spiritual yang diperlukan untuk menggerakkan energi kreatif dan memberikan hasil yang baik.

Suplai energi Cakra Akar kepada kita tidak akan pernah habis. Energi ini kita terima sebagai warisan spiritual. Namun cara kita menggunakan energi kreatif ini akan menentukan efektifitasnya dalam hidup kita. Energi ini mengalir melalui salah satu dari tiga cara berikut:

1. Generasi (pembangkitan)
2. Degenerasi (kemerosotan)
3. Regenerasi (pembaruan jiwa)

Generasi menggunakan Cakra Akar untuk menciptakan keturunan. Energi akar ini diperlukan untuk mendapatkan kehamilan. Tanpa energi ini, kehamilan tidak akan terjadi karena selain penyatuan telur dan sperma secara fisik, untuk kehamilan diperlukan juga hubungan spiritual. Kekuatan untuk menghasilkan (sebagai ayah) sangat besar. Kemampuan untuk bereproduksi adalah salah satu sifat yang paling suci yang kita miliki, apakah kita memilih untuk melahirkan anak atau tidak. Energi yang bersifat menghasilkan (prokreatif) tidak dicampuradukkan dengan keinginan terhadap seksual secara insting/fisik. Binatang mempunyai perangsang insting, tetapi mereka tidak memiliki energi Cakra Akar. Tuhan memberikan energi spiritual untuk mereka hamil dengan cara-cara yang lain. Tetapi bagi manusia, energi ini diperlukan untuk pembuahan secara fisik.

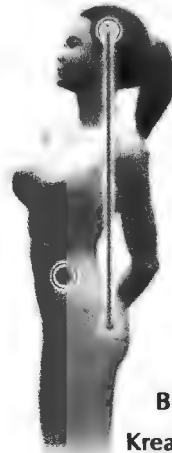
Aktifitas seksual normal tanpa tujuan untuk mendapatkan anak juga dapat dikategorikan ke dalam generasi, karena aktifitas ini masih mencerminkan proses menghasilkan sekalipun tindakan itu tidak menghasilkan kehamilan. Dalam bentuk ini, energi prokreatif menjadi seksual yang murni karena energi Cakra Akar digunakan terutama untuk kesenangan dan keintiman. Energi ini tidak secerah dalam tindakan prokreasi, tetapi ia juga merupakan energi yang menaikkan jika aktifitas seksual dilakukan berdasarkan afeksi dan rasa cinta yang murni. Interaksi seksual ini merupakan bagian dari proses pengikatan dan penguatan yang dapat membuat dua orang menjadi lebih dekat.

Degenerasi adalah pembuangan energi Cakra Akar melalui penyalahgunaan kekuatan kreatif yang disengaja atau tidak sengaja. Penyalahgunaan energi Cakra dapat dilakukan melalui perlakuan seks yang berlebihan dan penyimpangan seksual. Ketika kita melakukan praktek-praktek semacam ini, kesenangan yang dirasakan hanya bersifat sementara, tetapi tidak ada gunanya. Semua tindakan yang menyimpang dan tak wajar menghasilkan degenerasi energi Cakra Akar. Kita harus hati-hati, karena degenerasi adalah bentuk dari devolusi. Jika kita tetap melakukan seksual yang menurunkan derajat, maka kita akan semakin jauh dengan diri sendiri dan juga dari sifat spiritual. Dalam situasi ini, energi akar tidak hilang, tetapi menjadi lebih kumuh dan kotor.

Regenerasi berarti menggunakan energi Cakra Akar untuk upaya kreatif yang murni. Kita lihat hal ini pada orang-orang yang menahan diri untuk tidak melakukan aktifitas seksual sebelum melewati suatu peristiwa besar,

misalnya para seniman yang menjauhkan diri dari kegiatan tersebut selama masa-masa kreatif. Kekuatan regenerasi diperlukan dalam melakukan semua kerja keras yang produktif dan kreatif. Tanpa melakukan hal ini, maka kita bukan saja tidak dapat menciptakan sesuatu, apakah itu menciptakan desain sebuah bangunan, menciptakan sebuah lagu atau melukis sebuah gambar. Regenerasi merupakan kekuatan di balik seniman-seniman besar, para penemu, para musisi, dan seterusnya. Ia memberi kita energi, stamina dan stimulan yang dibutuhkan untuk menciptakan sesuatu yang baru dan orisinal.

Kita juga dapat mengarahkan energi Cakra Akar untuk tujuan spiritual yang murni. Salah satu tindakan kreatif terbesar yang dapat kita alami adalah metamorfosa kita dari kesadaran manusia menuju manusia suci dengan kematangan jiwa yang penuh. Tindakan kreatif ini memerlukan pengalihan arah yang kuat dari energi Cakra Akar. Dari sinilah konsep selibat berasal. Bagi mereka yang ingin mencapai puncak pengembangan spiritual, abstein dari kegiatan seksual memang dibutuhkan agar kekuatan spiritual dapat diarahkan secara penuh kepada tujuan spiritual. Namun, pengorbanan tidak diperlukan sebelum jiwa mencapai tahapan pengembangan spiritual yang sangat maju, kecuali ada pengecualian. Pengambilan sumpah selibat sebelum seseorang mempunyai kemajuan spiritual yang memadai, hanya akan menciptakan berbagai masalah. Dalam selibat ini, kita menekan semua keinginan sebagai manusia normal yang seringkali menghasilkan tindakan yang menyimpang (sesat). Intinya adalah, kita tidak harus menghentikan keinginan untuk melakukan aktifitas seksual hanya untuk berkembang secara spiritual, tetapi kita memang harus mengendalikan aktifitas seksual kita.

Ketika energi akar berada dalam cara yang generatif, maka energi dalam aura memancar ke atas dari pusat akar, bersamaan dengan tulang belakang (lihat Gambar 9-4A). Ini biasanya meluas hingga ke tingkat pusat emosional dalam warna merah-anyelir. Jika orang sedang berusaha untuk hamil, maka warnanya akan menjadi merah sangat terang dengan cahaya putih di sekelilingnya. Ini merupakan energi indah yang sangat penting untuk dilihat. Jika orang hanya ingin berhubungan yang romantis saja, maka hanya ada energi merah yang bergerak ke atas, tetapi tidak secerah warna sebelumnya. Jika seseorang mabuk dengan aktifitas seksual maka energinya masih akan bergerak ke atas, tetapi warna merahnya telah menjadi kotor dan pudar hingga ke merah marun. Sebaliknya jika orang berada

Gambar 9-4: **Energi Cakra Akar**

dalam cara degeneratif yang kuat, maka energi akar kini bergerak dalam gerakan yang menurun, terkadang mencapai bawah kaki—yang merupakan indikasi dari kesadaran yang menurun (Gambar 9-4D). Energinya berwarna merah pudar yang tegas.

Cahaya yang bergerak dalam aliran regeneratif terlihat indah dan menarik untuk dilihat. Jika orang berada dalam cara kreatif yang tinggi, energi akar akan bergerak menuju ke tubuh mental, yang memberinya kekuatan dan energi yang luar biasa (Gambar 9-4B). Ini membantu untuk regenerasi dan melengkapi lagi sel-sel otak dan dapat membuat Anda terlihat dan merasa muda. Ini merupakan salah satu cara yang dilakukan oleh orang-orang yang kreatif dan produktif yang memiliki stamina dan vitalitas orang muda. Jika Anda merasa bingung, atau tidak bersemangat, salah satu cara terbaik untuk mendapatkan sasaran adalah mulai menjadi produktif dan kreatif. Hal ini akan membantu untuk memperbarui kembali pemikiran Anda secara keseluruhan. Apabila penguasa spiritual telah mengarahkan semua energinya untuk tujuan spiritual, maka energi tersebut akan bergerak melewati kepala dan ke dalam Titik Diri-yang-Lebih-Tinggi (Gambar 9-4C). Dalam hal ini, niscaya akan ada juga suatu aliran energi kundalini yang kuat yang bergerak ke atas punggung juga.

Umumnya permasalahan kita yang berkaitan dengan seks datang dari ketidakpahaman dan penyalahgunaan energi ini. Kita membatasi kekuatannya, menghambur-hamburkan vitalitasnya untuk suatu tujuan yang tidak jelas. Kita melakukan hal ini terutama karena ketidaktahuan. Jika Anda merasa tidak bahagia dalam kehidupan seksual, pertama lihatlah apakah Anda terlalu menekankan diri pada keinginan seksual. Apabila energi seksual dalam keadaan seimbang, maka ia tidak akan menjadi suatu obsesi. Seks seperti bagian alami dari kehidupan. Orang-orang yang mempunyai nafsu syahwat yang besar, biasanya merupakan kompensasi dari kekurangannya di bidang lain dalam kehidupannya. Orang-orang ini masih mempunyai ketidakpuasan, bahkan setelah mereka melampiaskan nafsu seks mereka, karena energinya tidak seimbang. Orang yang mempunyai keseimbangan energi seksual dengan semua aspek lain dari kehidupan yang menyenangi seks, tidak menganggap seks sebagai persoalan. Ketika Anda menapaki tangga spiritual, maka keinginan terhadap seks akan semakin berkurang karena energi akar Anda akan banyak mengalir ke jalan spiritual dan kreatif.

Bekerja dengan Cahaya Ilahi dalam pusat ini akan membantu untuk memperjelas dan membersihkan energi-energi yang disalahgunakan dan untuk mengarahkan agar semua aliran bergerak ke arah yang seharusnya. Ini akan membantu untuk meningkatkan dan spiritualisasi Pusat Akar sehingga kita dapat menggunakannya untuk tujuan yang lebih kreatif.

Tanpa memperhatikan di mana Anda berada, Anda perlu mulai dengan proses spiritualisasi dan penjernihan vibrasi seksual.

Dengan mengendalikan bagian sifat Anda ini, maka Anda telah memanfaatkan salah satu dari kekuatan yang paling potensial dari diri Anda. Saya menyarankan agar Anda menggunakan nyala api merah oranye untuk membantu membersihkan dan menjernihkan setiap energi yang gelap.

Meskipun Anda tidak dapat memadamkan kekuatan Cakra Akar, namun Anda dapat menghilangkan potensinya. Nyala api putih biru dapat membantu mempercepat proses regenerasi, sehingga energi ini masih perlu digunakan setelah proses pemurnian.

Anda juga dapat menggunakan energi hijau emerald untuk menyeimbangkan aliran dalam Cakra Akar Anda, yang akan membantu untuk mendapatkan energi yang bergerak dalam arah yang ia perlukan.

Sebagai penutup, sebaiknya lakukan aktifitas seks dengan hemat. Lakukan seks dengan tujuan yang baik. Perhatikanlah dan cintailah orang yang dekat dengan Anda. Ada urusan yang lebih besar dibandingkan sekadar bersetubuh. Tindakan cinta secara fisik merupakan pendekatan dari dua jenis aura. Dengan melakukan tindakan ini, Anda tidak hanya mempengaruhi aliran Cakra Akar Anda, tetapi juga menarik energi dari aura orang lain. Jadi Anda harus hati-hati karena pasangan Anda mungkin benar-benar mencintai Anda. Hargai energi sakral yang telah diberikan Tuhan pada Anda, dan ia akan melayani Anda dengan lebih baik daripada yang dapat Anda bayangkan.

Sakramen Pernikahan

Sakramen pernikahan dalam bentuk sebenarnya membawa pasangan ke tingkatan tertinggi dari hubungan laki-laki/perempuan. Penyatuan dari pria dan wanita di hadapan Tuhan adalah untuk membantu jiwa manusia dalam evolusi spiritual mereka. Ini merupakan bagian dari rencana spiritual, sarana yang dipilih Tuhan untuk menghasilkan rumpun manusia.

Mempertahankan lingkungan yang mengasuh jiwa-jiwa yang baru, suami dan isteri juga melayani Tuhan dengan saling memberi pelayanan satu sama lain. Melalui cinta, respek, kesetiaan, dan pengorbanan, maka pasangan suami isteri belajar untuk melayani Tuhan. Loyalitas dalam perkawinan menunjukkan kesetiaan pada Tuhan.

Banyak orang cerdas mempertanyakan perlunya pernikahan, terutama ketika tidak ada tujuan untuk memperoleh anak. Mereka mempertanyakan, jika dua orang saling mencintai, apakah mereka perlu menikah? Jawabannya sangat sederhana; Pernikahan bukan hanya tentang dua orang yang saling mencintai. Ini adalah tentang dua orang dan Tuhan. Kita tidak bisa mengabaikan Tuhan dalam keseimbangan. Itulah sebabnya mengapa kita menikah *di hadapan Tuhan.* Pernikahan harus dibawah perlindungan dari penguasa akhir—dan cinta yang mutlak! Ketika kita menandatangani surat nikah, maka kita menandatangani bagian dari diri kita juga. Kita sedang membuat sebuah komitmen. Kita tidak dapat melarikan diri karena ini seperti dokumen yang legal. Ketika seorang siswa lulus dari sekolahnya, ia memperoleh gelar. Ketika mahasiswa kedokteran menjadi seorang dokter, maka ia diberikan penghargaan gelar M.D., dan mendapatkan ijin praktek. Hal yang sama juga berlaku untuk pernikahan. Kita semua harus membuat komitmen; komitmen selalu ada dalam setiap tingkatan kehidupan. Jadi, tantangan pernikahan bukanlah dirancang tetapi bagaimana kita mampu untuk berbuat sesuai dengan rancangan itu.

Ketika kita menikah, kita memberikan bagian dari diri kita—bagian dari kemanusiaan kita. Tuhan selalu tetap milik-Nya sendiri, tetapi kita memberikan diri kemanusiaan kita sendiri. Banyak orang takut dengan pengorbanan ini. Mereka takut bahwa ini akan melumpuhkan kreatifitasnya, sehingga mereka akan kehilangan identitas mereka dalam penyatuan yang disebut pernikahan. Lihatlah pada stereotip kehidupan pernikahan sebagai, "bola besi dan rantai yang diikatkan ke kaki orang tahanan agar ia tidak dapat lari." Mereka yang telah melewati pengalaman perkawinan yang menyakitkan seringkali akan mengatakan,"Tidak ada lagi pernikahan!" Ketakutan mereka tidak dapat dimengerti, tetapi mereka hanya takut saja. Kita semua ada dalam proses penyerahan diri manusia kita kepada diri Tuhan kita. Itulah semua inti dari evolusi spiritual. Hari demi hari, kita melepaskan sedikit dari diri kita yang lama untuk mengambil diri kita sebenarnya. Setiap kesempatan untuk menurunkan

beberapa kepentingan diri kita sebagai manusia, maka akan membuka kesempatan untuk memperoleh lebih banyak sinar Ilahi. Jika kita melakukan pernikahan dengan benar, maka kita sama sekali tidak membatasi diri kita, malah sebaliknya. Kita membuka aliran kreatif kita kepada pencapaian yang baru yang lebih tinggi, dan memperluas identitas kita untuk mencapai dimensi yang baru. Selain itu, kita membentuk sistem dukungan yang sangat besar. Dan pertukaran aura antara pasangan pernikahan yang kuat merupakan pencapaian besar dalam hidup.

Perkawinan yang lahir dari cinta sejati memberikan keberkahan besar dari Ilahi. Dalam hal ini, tidak hanya perkawinan yang resmi dan secara fisik yang terjadi—tetapi juga perkawinan spiritual. Perkawinan spiritual dapat terlihat dalam aura sebagai sekumparan benang cahaya merah muda yang menghubungkan pasangan suami isteri pada pusat emerald dalam Pusat Hermetik. Benang ini merupakan berkah spiritual dari Tuhan, dan diciptakan ketika ada cinta sejati dan komitmen yang sungguh-sungguh antara seorang pria dan seorang wanita. Hubungan spiritual seperti itu penting karena ia mempertahankan aliran cinta agar terus ada. Ia menyatu pada Pusat Hermetik karena dari sinilah komitmen itu dibuat. Namun, ia tidak mempengaruhi tingkatan jiwa. Bahkan dalam pernikahan, setiap pasangan masih berada dalam tangga evolusionernya masing-masing. Pernikahan menjadi bagian dari pengalaman pembelajaran keduanya tetapi masing-masing masih merupakan individu spiritual. Ikatan spiritual diciptakan hanya dengan sakramen pernikahan. Pernikahan dapat terjadi di catatan sipil, dalam sebuah gereja, dan lain-lain, tetapi harus terjadi secara legal. Dan ini harus dilakukan dari rasa cinta. Jika Anda berkencan dengan seseorang, tinggal bersama seseorang yang sangat Anda sayangi, bahkan mempunyai anak dari hasil perkawinan dengan orang itu, maka Anda dapat memiliki pertukaran energi yang indah, tetapi ikatan sakramen yang spesial ini akan menjadi berkurang. Ini merupakan berkah spiritual yang ada pada pasangan suami isteri itu sepanjang kehidupan perkawinan hingga mereka meninggal atau bercerai.

Ada banyak cara untuk bekerja dengan cahaya dalam pernikahan karena di sana ada sifat-sifat spiritual untuk mengembangkan keselarasan, kesetiaan, penyesuaian, komitmen dan seterusnya. Jika ada masalah dalam perkawinan Anda, Anda harus melakukan apa saja dengan kekuatan Anda untuk memulihkannya. Datangkan semua alat keilahian Anda, apapun yang Anda miliki untuk mengubah segala sesuatunya menjadi lebih baik.

Memaafkan Adalah Sifat Tuhan

Guna melengkapi kerja kita dalam menerapkan cahaya dalam hubungan, kita perlu memasukkan kerja pengampunan (tindakan mau memaafkan). Memaafkan penting untuk menyembuhkan setiap hubungan. Dalam hidup kita, mungkin kita pernah menghina seseorang dengan alasan-alasan tertentu. Tidak ada manusia yang sempurna, sehingga kita pasti akan membuat kesalahan. Oleh karena itu, akan banyak sekali waktu yang kita perlukan untuk minta pengampunan, atau memaafkan, sehingga kita menjadi lebih baik saat memaafkan dan perkembangan spiritual dapat kita capai.

Sebagaimana kita ketahui, tidak selalu mudah bagi orang untuk minta maaf atau untuk memaafkan. Ego manusia terlibat dan ingin bertahan dengan kemarahannya, rasa dendamnya, dan seterusnya. Pada satu sisi, kita dapat mengakui atau tidak ingin mengakui bahwa kita melakukan sesuatu yang salah sehingga perlu meminta maaf dari seseorang. Pada sisi lain, berat bagi kita untuk memaafkan orang lain atas kesalahan yang dilakukannya, terutama jika mereka serius melakukan hal tersebut. Ada orang-orang yang telah meninggal tanpa memaafkan orang-orang yang telah melukainya. Barangkali yang membuat tindakan memaafkan menjadi sulit adalah anggapan bahwa jika kita memaafkan seseorang, kita membiarkan mereka lepas dari kesulitan. Yang benar adalah, ketika kita memaafkan seseorang, maka kita membiarkan *diri kita* lepas dari kesulitan. Ada kebebasan luar biasa dalam pengampunan. Ketika kita memaafkan, kita memutuskan hubungan negatif yang telah terjadi antara orang lain dan diri kita sendiri. Misalnya, ketika seseorang telah melakukan kesalahan pada Anda, maka ia telah mengirimkan energi negatif kearah Anda. Energi negatif ini akan membuat suatu hubungan dengan Anda kecuali Anda cukup bijaksana untuk secara total menolak energi itu, sesuatu hal yang tidak mungkin. Sehingga, ada kesempatan untuk membuang beberapa bagian dari aliran destruktif itu. Dengan memaafkan, maka Anda memutuskan diri dengan hubungan yang destruktif itu. Hal ini dapat membebaskan Anda dari ikatan yang menyakitkan yang ada antara orang lain dan Anda.

Ada kisah populer dari seorang wanita yang dipaksa untuk tinggal di kamp konsentrasi Nazi dari Perang Dunia II. Ia selamat dari pengalaman

itu tetapi telah disalahgunakan oleh seorang sipir penjara. Bertahun-tahun telah berlalu, dan wanita itu menjadi sangat religius, yang membantunya melepaskan beberapa kenangan yang mengerikan selama ini. Namun, pengalaman dengan sipir penjara ini masih menghantuinya.

Seperti sudah ditakdirkan terjadi, ketika ia sedang berada di beberapa tempat publik, ia melihat sipir penjara yang telah memperlakukannya dengan kejam. Reaksi awalnya adalah ia berjalan ke arah sipir penjara tersebut dan ingin membunuhnya seketika itu juga. Untungnya, keyakinan agamanya telah menuntunnya untuk tidak melakukan hal tersebut. Ia menyadari bahwa ini merupakan kesempatan baginya untuk menerapkan semua prinsip spiritual yang telah dipelajarinya selama bertahun-tahun. Dengan seluruh kekuatan yang dimilikinya, ia berjalan ke arah orang tersebut yang juga heran melihatnya (ia juga mengenali wanita itu) dan mengatakan padanya bahwa ia telah memaafkan semua perbuatan yang telah dilakukan terhadap dirinya. Ia mengatakan hal ini dengan tulus dan penuh keyakinan. Ia sangat heran, karena setelah benar-benar memaafkan laki-laki itu, maka ia langsung merasa lega. Untuk pertama kalinya sejak cobaan berat yang dialaminya, ia merasa sangat damai. Ia telah dengan tulus membiarkan laki-laki itu pergi dari kehidupannya.

Apakah dengan tindakannya itu ia telah membebaskan laki-laki dari kesalahannya? Tentu saja tidak, laki-laki itu masih mempunyai sejumlah hal yang harus dilakukan untuk menebus jiwanya atas semua kelakuan buruknya. Kini ia telah terbebas dari laki-laki itu, dan ia pun telah membantu laki-laki tersebut dalam melakukan penebusan dosanya. Ada kekuatan yang luar biasa dalam tindakan memaafkan, semakin banyak kita melatih hal tersebut, maka semakin banyak akses kita terhadap kekuatan itu.

Tak masalah apapun situasinya, semua pengampunan dimulai dari Tuhan. Ketika melakukan kesalahan, hal pertama yang kita perlu lakukan adalah mohon pengampunan pada Tuhan, karena kesalahan pertama yang kita lakukan adalah kepada Tuhan. Hal yang indah adalah karena Tuhan adalah cinta, maka Tuhan akan selalu mengampuni. Tuhan benar-benar mengampuni kita bahkan sebelum kita mohon pengampunan dari-Nya, tetapi kita masih harus memohon. Tuhan dapat mengeluarkan kita dari kegelapan. Sekalipun kita telah melakukan kejahatan, Tuhan mengampuni

kita dan kita masih dapat membersihkan dosa itu. Dengan mohon pengampunan dari Tuhan, maka kita terhubung kembali dengan Cahaya Tuhan dan dengan kekuatan untuk memulai penebusan.

Salah satu kisah terkenal tentang pengampunan Tuhan adalah kehidupan dari Saul, yang menjadi Saint Paul. Saul, seperti yang kita ketahui, merupakan orang yang menyiksa orang-orang Kristiani. Ia merasa bahwa keyakinan yang dibawa orang Kristiani merupakan ancaman bagi sistem kepercayaannya. Ia gigih dan kejam dalam melakukan penyerangan yang sistematis pada Kristiani. Ia telah membunuh banyak orang. Namun setelah spiritualnya berkembang ke arah jalan menuju Damaskus, maka ia berubah menjadi Paul, salah satu eksponen dari kaum Kristiani terbesar. Dan sebagai Paul, Tuhan mengilhaminya dengan kewenangan dan kekuatan spiritual yang besar. Adakah contoh yang lebih baik dari kekuatan pengampunan Tuhan daripada yang ada dalam kisah ini?

Kita seringkali lupa untuk memaafkan diri sendiri. Barangkali kita ingin melakukan apa saja untuk membantu mereka yang telah menyakiti hati kita, tetapi apa yang kita lakukan harus didasarkan dari rasa kasihan dan cinta—bukan karena kesalahan mereka. Jika kita menyalahkan tindakan yang telah kita lakukan pada masa lalu, maka kita hanya akan memperkuat sifat-sifat negatif yang menyebabkan munculnya tindakan-tindakan itu. Pada awalnya, kesalahan atau penyesalan begitu saja terjadi dan dapat dimengerti. Namun, begitu kita menyadari bahwa apa yang kita lakukan keliru, kita tidak ingin terus memikirkannya. Kita ingin berhasil dalam hidup dan melakukan apa yang harus dilakukan untuk memperbaiki situasi. Setiap orang punya kelemahan, tak terkecuali dalam penguasaan spiritual.

Dalam doa meminta pengampunan kita dihadapkan pada dua hal yaitu memaafkan dan meminta maaf. Kegiatan yang timbal balik ini penting karena manusia sulit untuk sensitif terhadap sejumlah energi yang saling mempengaruhi yang menciptakan tindakan yang salah. Bisa jadi, seseorang telah melakukan kesalahan pada Anda, dan bahwa Anda perlu untuk memaafkan orang itu. Namun, mungkin juga ada sesuatu yang telah Anda lakukan sehingga ia bertindak seperti itu terhadap Anda. Dengan memaafkan, maka Anda dapat memastikan terjadinya proses pelepasan spiritual dalam diri Anda.

Prinsip-prinsip Pengampunan

Dalam upaya untuk memaafkan, ada tiga prinsip sederhana yang perlu diingat dan dipegang teguh. Prinsip-prinsip ini akan memberikan Anda kesuksesan dalam melakukan kerja pengampunan.

1. Memaafkan dengan segera
2. Memaafkan dan melupakan
3. Memaafkan "70 × 7."

1. Memaafkan dengan segera—Cobalah untuk memaafkan atau minta maaf sesegera mungkin setelah kejadian. Kemarahan atau kebencian yang sempat tersimpan lama dalam hati kita akan memberikan dampak yang tidak baik. Ketika energi-energi negatif tersebut telah bekerja dalam aura, maka akan sulit untuk dikeluarkan.

2. Memaafkan dan melupakan—Seseorang mungkin telah melakukan banyak hal-hal yang baik terhadap Anda, tetapi apakah Anda mengingatnya? Yang Anda ingat justru kesalahan seseorang terhadap Anda. Itulah sifat manusia. Anda harus memaafkan dan melupakan. Jika Anda mengatakan telah memaafkan, tetapi terus mengungkit-ungkit kesalahan di masa lalu, maka berarti Anda belum benar-benar memberikan maaf. Anda harus memaafkan dari hati Anda dan *benar-benar bermaksud untuk* membiarkan masalah itu lepas dari diri Anda.

3. Memaafkan "70 × 7."—Suatu kesalahan mungkin akan diulangi berkali-kali. Jika Anda dalam proses pembelajaran tentang suatu pelajaran kehidupan yang penting, tetapi masih belum "meresap" dalam hati, maka Anda masih akan membuat kesalahan yang sama berulang-ulang, terkadang menyakiti perasaan orang yang sama, hingga pelajaran itu benar-benar Anda pahami. Itulah sebabnya mengapa Tuhan mengatakan Anda harus memaafkan tidak hanya sekali saja, tidak tujuh kali, tetapi "tujuh puluh kali tujuh" kali. Tidak ada batasan untuk memaafkan. Anda harus terus berupaya untuk menjadi orang yang suportif dengan memaafkan. Anda tidak dapat mengatakan, "Saya akan memaafkan Anda kali ini, tetapi jika Anda melakukannya lagi, maka saya tidak pernah akan memaafkan Anda." Itu sama saja dengan *tidak* memaafkan.

BAB

10

Petunjuk Keilahian

Seringkali kita membutuhkan petunjuk dalam menjalani kehidupan. Seperti pelajaran di sekolah, kita tidak dapat sekadar mengandalkan sang guru, karena adakalanya kita tidak mengetahui bagaimana mengatasi situasi yang sedang kita hadapi. Kita mencoba mengatasi sendiri masalah kita, tetapi tidak pernah mendapatkan hasil yang memuaskan. Dalam konteks ini aura kita memerlukan adanya tambahan perangkat yang begitu penting, yaitu petunjuk keilahian.

Petunjuk keilahian diwujudkan dalam berbagai macam cara, secara tidak disadari, maupun secara gamblang. Dengan memanggil kekuatan ilahi untuk mengarahkan kita dalam mencapai tujuan, maka kita menjadi lebih pasti akan memperoleh tanggapan dengan penuh kasih. Sebab, jiwa kita tumbuh dan belajar, sehingga pada suatu waktu ada sesuatu yang hilang atau membuat bingung diri kita. Hal ini bukan dalam kaitannya dengan kemampuan untuk mengantisipasi dan merundingkan seluruh masalah dan melewati titian cahaya. Jika kita hanya mengandalkan pada kemampuan kita untuk mendaki tangga spiritual, kita akan cepat mengalami kebuntuan. Jadi, bagian terpenting dari pertumbuhan spiritual kita adalah proses pembelajaran bagaimana untuk bekerja dengan energi spiritual yang akan menuntun dan mengarahkan kehidupan kita. Dengan

memanggil cahaya ilahi untuk membantu, kita memperkuat hubungan spiritual kita, yang dilakukan secara otomatis sebagai akibat dari meningkatnya kualitas kehidupan kita. Kuncinya adalah untuk selalu aktif meminta bantuan cahaya ilahi, kemudian menggunakannya sebagai sumber inspirasi.

Titik Diri-yang-Lebih-Tinggi (*The Higher Self*) kita memainkan peranan krusial dalam berhubungan dengan petunjuk spiritual. Selain bertindak sebagai perantara bagi cahaya spiritual, Diri-yang-Lebih-Tinggi membantu kita untuk masuk ke dalam kesadaran spiritual yang kita perlukan untuk memahami jawaban yang diberikan ilahi. Diri-yang-Lebih-Tinggi melihat gambaran spiritual yang utuh dari kehidupan dunia kita, dan bagian dari pekerjaannya adalah untuk mengarahkan kita, sehingga kita tetap di jalan yang evolusioner. Ketika esensi aliran jawaban kita dari Tuhan melalui Cahaya Keilahian, maka cahaya itu membuat kuatnya hubungan dengan Diri-yang-Lebih-Tinggi kita, yang kemudian mempercepat proses perubahan inspirasi ini ke dalam bentuk yang dapat kita pahami. Diri-yang-Lebih-Tinggi mengirim cahaya inspirasi kepada aura kita untuk disampaikan kepada jiwa kita. Jadi, ini adalah kesatuan spiritual cahaya dan kesadaran yang membawa jawaban kita.

Menjadi Mudah Menerima Inspirasi

Untuk menerima petunjuk, maka bantuan apa yang Anda inginkan haruslah jelas. Ketika Anda berada dalam situasi terburu-buru untuk mengambil keputusan penting, Anda dapat kehilangan hakikat masalah sebenarnya. Jadi, ambillah waktu sejenak untuk merefleksikan apa yang Anda inginkan dari pancaran keilahian, dan formulasikan hal itu melalui kalimat atau pertanyaan. Anda mungkin memiliki keputusan penting atau dilema terkait dengan daftar permohonan yang ingin Anda mintakan bantuan dari spiritual. Situasi yang genting mungkin datang tiba-tiba, dan Anda memerlukan bantuan untuk mengambil keputusan secara cepat. Apapun yang terjadi dalam kehidupan Anda, jika Anda telah melakukan segala upaya untuk mengatasi hal tersebut, tetapi tidak berhasil, itulah saatnya untuk memanggil cahaya keilahian untuk meminta pertolongan.

Begitu Anda dapat mendefinisikan secara gamblang masalah atau dilema yang dihadapi, maka biarkan masalah tersebut hilang dari pikiran

sadar Anda. Jika mencoba untuk mengatasi masalah yang membebani pikiran dan emosi, maka tetaplah berupaya untuk bekerja dengan cahaya yang akan memberikan inspirasi bagi Anda. Anda perlu menyetel kesadaran otak/pikiran untuk menjadi alat penerima, dan bukan sebagai alat pengirim. Sebagai alat penerima, maka pikiran sadar Anda akan mendengarkan spirit Anda.

Mulailah kerja Anda dengan tenang dan santai. Dalam kondisi seperti ini ada sebuah kepercayan, pengertian tentang penyerahan segala sesuatunya ke tangan Ilahi. Dengan kepercayaan maka ada keyakinan terhadap kesediaan dan kemampuan tak terbatas dari Kekuatan Tertinggi untuk membantu Anda. Yesus menyarankan kita untuk "mohonlah dan percayalah". Dalam kepercayaan ada kekuatan yang besar. Dalam kepercayaan, Anda tahu ada sebuah jawaban meskipun Anda belum dapat melihat jawaban itu. Anda tidak menantang Tuhan. Anda membuka diri kepada Tuhan. Anda berucap, "Tuhan, Aku tahu Tuhan mengetahui jawabannya. Aku membuka diriku sendiri agar menerima jawaban itu." Harus ada keterbukaan pikiran dan keterbukaan hati agar proses ini dapat bekerja secara menyeluruh. Jika Anda mengambil sikap menantang dan meragukan, kemudian meminta Tuhan untuk "membuktikannya", maka sikap tersebut akan menghambat aliran yang sedang Anda coba buka.

Membiarkan segala permasalahan hilang dari diri Anda mungkin lebih sulit dari yang dibayangkan. Seringkali hal ini disebabkan karena Anda membiarkan atau "menggantung" permasalahan tersebut, dan tidak menggunakan cara spiritual untuk mengatasinya, namun menggunakan cara Anda sendiri. Manakala Anda menolak untuk melihat alam spiritual Anda, maka jawaban atas pertanyaan Anda sudah jelas. Masalahnya, bukan spirit yang menghubungi Anda, tetapi Anda yang menghubungi spirit.

Sebagian orang menolak gagasan untuk dibantu semuanya. Mereka ingin dapat mengatasinya sendiri. Sudah pasti, ada saat di mana Anda harus menghadapi cobaan dari diri sendiri, bagaimanapun juga Anda dapat berdoa dan menarik cahaya. Namun, dalam banyak kasus, Anda ingin membuat keputusan sendiri yang berkaitan dengan sifat alamiah tertinggi. Itulah inti dari semuanya. Anda seharusnya membangun jembatan antara alam terendah dan tertinggi Anda. Bagaimana Anda dapat melakukannya, kecuali Anda belajar membuat kontak dengan yang Maha Tinggi melalui latihan secara terus-menerus?

Kebanyakan orang yang datang kepada saya dengan membawa masalah, auranya menunjukkan kebingungan. Kebingungan tersebut ditunjukkan dengan banyaknya sejumah energi luar berwarna abu-abu dan krem, terutama di sekitar wilayah kepala. Aura mereka biasanya tidak seimbang, yang dapat dideteksi dari tidak adanya sinar hijau emerald. Seringkali, orang yang sedang kebingungan akan menjadi gelisah, sehingga membuat bidang energinya tidak rata dan tidak sebagaimana semestinya. Dengan aura seperti itu, maka tidak heran apabila orang mengalami berbagai kesulitan dan tidak mampu membuat keputusan yang logis. Hal tersebut dapat menyebabkan kelesuan dalam tubuh mental jika masalah yang dialami berlangsung relatif cukup lama. Jika Anda merasa bingung, mulailah melakukan meditasi dengan mengaktifkan pancaran merah oranye dan cahaya putih biru dalam wilayah mental dan emosional. Mereka akan membantu menyingkirkan semua kebingungan dan keragu-raguan, dan menciptakan wahana penerima yang jernih bagi gagasan-gagasan keilahian yang akan mempengaruhi mereka.

Begitu seseorang menerima sejumlah pancaran inspirasi, saya sering melihat pancaran cahaya putih di seputar wilayah kepala, yang menandakan petunjuk sedang bekerja. Ini merupakan situasi yang sementara ketika sang cahaya sedang melakukan tugasnya. Di sana juga akan mengaktifkan pancaran cahaya ungu dan merah muda, yang menandakan Yang Maha Tinggi sedang mencoba menenangkan jiwa, sehingga Anda bersedia menerima inspirasi yang diberikan.

Menghubungkan Diri dengan Sumber Inspirasi

Dua energi utama untuk memanggil sang pemberi petunjuk adalah cahaya keemasan dan putih. Cahaya keperakan akan berperan jika Anda menghadapi kesukaran dalam memahami informasi yang disampaikan. Jawaban Anda dapat datang melalui warna keemasan atau sinar putih lainnya, tergantung pada situasi yang sedang Anda hadapi. Warna emas sangat bagus untuk membangkitkan tindakan tegas. Jika Anda bersikap ambivalen atau membiarkan orang lain bingung dan mempengaruhi keputusan Anda, maka warna emas dapat membawa kekuatan dinamis untuk menyelesaikan sesuatu. Ini penting untuk memperjelas keputusan, apakah ya atau tidak. Warna emas adalah energi yang saya panggil ketika

membuat keputusan penting. Warna emas memberikan kekuatan untuk mewujudkan inspirasi ke dalam tindakan.

Dalam melakukan pemanggilan untuk mendapatkan petunjuk, Anda harus melakukan meditasi dengan cara yang sedikit berbeda. Masih mengikuti langkah-langkah meditasi sebelumnya, tetapi ketika Anda mulai memanggil cahaya, maka cahaya ini hanya dikhususkan untuk menyinari Diri-yang-Lebih-Tinggi Anda. Alasannya adalah agar Anda tetap dapat memusatkan perhatian Anda pada Titik Diri-yang-Lebih-Tinggi ketika Anda berhubungan dengan cahaya dan menanyakan pertanyaaan spiritual Anda. Dengan sendirinya, cahaya akan menyentuh aura Anda sesuai yang dibutuhkan, tetapi sekali lagi, Anda perlu tetap berada dalam tingkat kesadaran yang setinggi mungkin ketika meminta pertolongan tersebut. Dengan menjaga perhatian Anda pada Nilai Diri-yang-Lebih-Tinggi, berarti Anda telah membuat kontak langsung dengan sumber inspirasi Anda dan menanggalkan segala tingkat kebingungan yang ada. Gagasan dan inspirasi aktual akan datang melalui cahaya ini. Diri-yang-Lebih-Tinggi akan mempercepat gagasan keilahian ini, sehingga Anda dapat memahami dan mengetahui artinya. Mulailah memanggil cahaya keemasan dalam bermeditasi.

Rasakan cahaya yang berseri-seri ke dalam Titik Diri-yang-Lebih-Tinggi, dan mengaktifkan titik ini. Begitu Anda merasakan hubungan yang telah dibuat, lalu ajukan pertanyaan Anda. Setelah Anda bertanya, tenanglah dan lihat jika ada pikiran yang datang pada Anda. Pertahankan pikiran sepasif mungkin. Petunjuk mungkin datang sebagai sebuah citra atau gagasan. Bisa juga merupakan suara hening yang berbicara pada Anda, tetapi petunjuk ini adalah sesuatu yang sangat nyata. Umumnya, Anda akan tahu bahwa Anda telah mengenai sesuatu karena Anda akan merasa riang. Tanpa memperhatikan apa yang datang dan apa yang tidak datang, akhiri proses ini dengan ungkapan rasa syukur.

Anda dapat bekerja dengan cahaya putih dalam hubungannya dengan cahaya keemasan, atau secara terpisah, seperti yang dibutuhkan. Cahaya putih adalah sinar yang memurnikan juga meningkatkan energi. Cahaya ini baik khususnya untuk situasi di mana jawabannya adalah tidak begitu jelas. Bahkan Anda tidak merasa begitu yakin apa yang seharusnya ada dalam keputusan yang sebenarnya. Anda mengetahui bahwa sesuatu itu keliru dan Anda terpanggil untuk bertindak, tetapi sifat persoalan yang

pasti menghindari Anda. Cahaya putih, selain menjadi energi penerangan yang besar, juga merupakan energi pewahyuan yang efektif untuk menunjukkan sesuatu tentang situasi Anda yang mungkin belum Anda ketahui atau perhatikan.

Rasakan cahaya yang membakar dan mengaktifkan Titik Diri-yang-Lebih-Tinggi Anda. Lalu Anda bisa mengajukan pertanyaan. Tetaplah tenang dan lihatlah apakah setiap inspirasi telah melewati Anda. Inspirasi mungkin datang atau tidak datang pada saat itu. Ini tidak menjadi masalah. Yang jelas, Anda telah menggerakkan energi, dan jawaban untuk Anda akan datang.

Menerima dan Menggunakan Petunjuk yang Diberikan

Jika jawaban Anda tidak datang selama proses meditasi, mungkin ia akan datang pada Anda kapan saja, sesuai dengan kesediaan Anda untuk menerima dan waktu yang dibutuhkan. Jawaban akan semakin nyata selama kontemplasi atau bahkan di tengah-tengah percakapan yang mengasyikkan. Seseorang mungkin mengatakan sesuatu yang mencetuskan sebuah gagasan. Anda bahkan tidak mengetahui bahwa hal itu adalah inspirasi, tetapi itulah faktanya. Sekali lagi, Anda akan tahu bahwa Anda mempunyai jawaban yang tepat karena akan ada kemudahan tentang segala sesuatu. Dengan spirit, maka tidak akan ada keraguan. Anda mengakui kebijaksanaan Tuhan. Jika ada keragu-raguan dan Anda merasa tidak pasti tentang hal tersebut, maka ada kemungkinan yang kuat bahwa Anda tidak akan mendapat jawaban, atau Anda masih menghalangi jawaban tersebut datang pada Anda.

Banyak orang bertanya pada saya, "Bagaimana saya tahu bahwa pikiran-pikiran yang akan saya peroleh adalah merupakan inspirasi dari Tuhan, dan bukan dari pikiran saya sendiri?" Jika Anda telah melakukan segala kegiatan persiapan dengan benar dan benar-benar membuat Anda menjadi terhubung dengan cahaya, maka Anda telah berada dalam jalur yang benar. Diri-yang-Lebih-Tinggi Anda mengetahui apa yang sedang Anda lakukan dan apa yang akan dilakukan untuk mengupayakan agar hubungan spiritual ini bekerja. Pasti akan ada beberapa uji coba di awal proses. Suara dari Diri-yang-Lebih-Tinggi dan cahaya mempunyai kualitasnya masing-masing. Langkah pertama dalam menerima petunjuk dari cahaya melalui Diri-yang-Lebih-Tinggi Anda adalah membangun kejelasan. Jika ada

kebimbangan, motif yang bercampur, informasi yang keliru, atau prasangka yang kaku, lihatlah dengan jujur pada apa yang ada disana: maka Anda tidak sengaja akan mencampuri apa yang sedang Anda lakukan. Jika Anda melangkah ke dalam proses ini dengan kepentingan sendiri, maka petunjuk tidak akan datang, atau hal ini akan disalahtafsirkan. Petunjuk Tuhan bukanlah pelayan. Ia tidak akan membantu Anda memenangkan perlombaan keenam di Santa Anita. Tujuannya hanya satu yaitu membimbing Anda dalam proses evolusi spiritual Anda. Tentu, ia membantu dengan situasi kehidupan sehari-hari, tetapi ia akan menjawab pertanyaan Anda dengan ketat berkenaan dengan petunjuk yang relevan secara langsung dengan proses pertumbuhan Anda. Banyak orang menerima petunjuk tetapi masih belum "mengerti" karena mereka bertanya tanpa ada landasan spiritual. Agak mengherankan bahwa mereka tidak memperoleh jawaban yang mereka inginkan! Petunjuk bukan tentang menuntut sesuatu dari Tuhan; tetapi ini tentang bagaimana menempatkan hidup Anda ke dalam tangan Tuhan dan membiarkan Tuhan mengarahkan Anda. Tugas Anda adalah mematuhi cahaya dan kekuatan ini. Apabila Anda masuk ke dalam proses ini dengan maksud yang baik, maka ambivalensi akan hilang.

Petunjuk spiritual Anda mungkin akan datang pada Anda melalu beberapa jenis desakan. Akan ada sesuatu yang akan mendesak Anda dengan cara tertentu; Kini Anda sedang mencari petunjuk spiritual, maka Anda akan lebih terbiasa dengan desakan ini. Anda mungkin saja beruntung dan berhasil membuat hubungan yang kuat dalam bentuk *Epiphany* atau pembukaan spiritual. Akhirnya, Anda dapat membangun hubungan dengan Diri-yang-Lebih-Tinggi ke titik di mana Anda berada dalam kesadaran penuh, yang dilanjutkan dengan penerimaan petunjuk. Tentu saja, Anda harus telah menyesuaikan diri dengan cahaya untuk waktu yang lama untuk bekerja dari level ini, tetapi ini dapat terjadi jika Anda berdedikasi. Beberapa penganut spiritual, dan orang-orang suci *(saints)* bekerja dari tingkatan spiritual yang tinggi ini.

Umumnya orang berhubungan dengan inpirasi spiritual melalui intuisi. Intuisi dan petunjuk ilahi berjalan saling membantu. Sehingga banyak orang mengatakan pada saya bahwa mereka merasa sebaiknya tidak melakukan ini atau itu tetapi kemudian mengambil langkah dan melakukannya. Mereka tidak percaya pada intuisi mereka sendiri. Mereka

mengizinkan bagian lain dari diri mereka untuk berbicara. Anda harus *mendengarkan* apa yang dikatakannya—dan melakukannya. Petunjuk dari ilahi bukan berarti sesuatu yang tidak disetujui, apabila ternyata jawaban yang Anda terima mungkin bukan yang Anda harapkan. Dan mungkin juga bukan yang Anda sukai. Namun, ini merupakan sesuatu yang terbaik bagi Anda dan apa yang Anda butuhkan pada saat itu.

Jangan mencemaskan apa yang datang pada Anda. Jangan merasa Anda menjadi bulan-bulanan, cobalah untuk menerima apa yang diberikan. Tuhan tidak akan pernah berpikir untuk melakukan sesuatu yang menyakitkan atau membahayakan umatnya. Jika Anda berpikiran seperti itu, maka Anda dapat menjadi sangat yakin bahwa pikiran-pikiran itu bukan berasal dari Tuhan. Jadi ketika Anda mendapat inspirasi sehingga merasa benar, cobalah dan lihatlah apa yang terjadi. Dengan demikian Anda akan segera mengetahui jika kesediaan menerima inspirasi Tuhan adalan benar. Jika ini tidak berhasil, Anda akan belajar bagaimana mengenal lebih baik ketika Cahaya Ilahi berbicara pada Anda. Bersikaplah fleksibel. Bahkan petunjuk ilahi bukanlah sesuatu yang tidak dapat berubah. Hidup adalah bak cairan dan segala sesuatu bisa berubah. Tetapi jika Anda berada dalam aliran Tuhan, maka Anda tidak akan mempunyai masalah yang tidak dapat diselesaikan.

Jika Anda merasa bahwa jawaban atas sesuatu yang sedang dikomunikasikan pada Anda masih tidak jelas, maka bekerjalah dengan sinar keperakan untuk meningkatkan kekuatan Anda dalam hal ketajaman pikiran dan pemahaman. Sekali lagi, biarkan sinar ini bekerja pada Titik Diri-yang-Lebih-Tinggi Anda.

Arah yang Benar

Terkadang sejumlah dilema yang ada tidak menjadi masalah selama Anda mengetahui darimana Anda akan memulai sesuatu. Barangkali Anda sedang mencoba untuk menemukan jalur karir Anda, memutuskan apakah pernikahan baik untuk Anda, atau apakah ingin mempunyai anak. Barangkali Anda hanya ingin mengubah kehidupan Anda tetapi Anda tidak tahu dengan jelas darimana Anda akan memulainya. Dalam hal ini, Anda dapat bekerja dengan alat spiritual yang sangat mirip dengan petunjuk ilahi—yaitu arah yang benar. Keduanya dapat bekerjasama dengan sangat

baik. Anda bekerja dengan arah yang benar ketika sedang mencoba untuk menemukan jalan Anda. Bekerja dengan petunjuk ilahi membantu mengarahkan Anda begitu Anda sudah berada pada jalur yang Anda pilih. Arah yang benar menunjukkan Anda arah yang tepat, sedangkan petunjuk ilahi membantu Anda untuk mempertahankan Anda agar tetap berada di jalur yang tepat dan mengarahkan Anda kembali ke arah yang benar manakala ada berbagai halangan di sepanjang jalur yang Anda lalui.

Arah yang tepat dihubungkan dengan nasib Anda di dunia ini. Masing-masing kita secara ideal diarahkan untuk menyempurnakan sesuatu dalam kehidupan. Secara intuitif Anda sudah tahu apa tujuannya, tetapi ketika hal itu terjadi, seringkali Anda menjadi kacau dan bingung yang membuat Anda kehilangan jalan. Arah yang benar dapat digunakan untuk mengambil keputusan yang kecil atau besar. Dengan menyelaraskan ke arah yang benar, maka Anda menyelaraskan dengan energi yang sudah bergerak.

Bekerja dengan arah yang benar, menurut saya merupakan cara efektif untuk memohon agar cahaya dapat turun dan menyentuh Pusat Hermetik secara langsung. Dalam pencarian arah Anda, Anda sedang mencoba menghubungkan diri dengan energi yang aktif di tataran bumi. Dengan memohon agar cahaya dapat bekerja pada tingkatan Hermetik, maka Anda membuat upaya penyadaran untuk menghubungkan diri dengan energi ini. Cahaya putih dan keemasan bekerja dengan baik dan seimbang dalam situasi ini.

Begitu Anda merasa bahwa titik yang dimaksud telah tercapai, ajukan pertanyaan Anda dan tunggulah jawaban yang akan datang.

Penerangan Spiritual

Barangkali Anda mempunyai sebuah masalah tetapi tidak dapat menunjukkan dengan tepat apakah masalah itu. Penerangan spiritual dapat memberikan Anda visi untuk memahami dengan lebih baik sifat keputusan yang dibuat.

Penerangan spiritual dilihat dengan mata spirit. Datangkan penerangan spiritual ketika Anda ingin untuk mendapatkan pemahaman yang lebih besar atau pemahaman sesuatu secara umum, tidak perlu petunjuk atau arahan tertentu—meskipun ini baik untuknya juga. Anda mungkin telah

melakukan inventarisasi diri pribadi tetapi tidak punya pemahaman yang jelas mengapa Anda berada dalam kondisi emosional atau mental tertentu. Lalu Anda mungkin membuat suatu keputusan tentang apa yang akan dilakukan. Anda perlu kejelasan tentang hal itu agar bekerja dengan cahaya dapat berlangsung secara efektif. Energi pokok untuk bekerja dengan cahaya putih adalah cahaya putih murni.

Setelah Anda merasakan hubungan cahaya putih dengan Titik Diri-yang-Lebih-Tinggi, bersikaplah tenang dan bersedia untuk menerima. Tidak ada pertanyaan untuk diajukan di sini karena Anda hanya ingin melihat apa yang diperlukan untuk bekerja, dan biarkan Tuhan berbicara pada Anda. Anda mungkin memperoleh jawaban segera atau jawaban untuk Anda akan diberikan kemudian.

BAB
11

Cahaya di Semua Aspek Kehidupan Anda

Anda kini telah mempunyai pengetahuan yang kuat tentang bagaimana proses bekerja dengan Cahaya Keilahian. Anda memiliki berbagai alat yang dapat memanggil Diri-yang-Lebih-Tinggi Anda untuk mengakses gudang energi spiritual dalam diri Anda dan beberapa contoh bagaimana meng-implementasikan energi tersebut dalam hidup Anda yang aktif. Dalam Bab ini, kita akan menguraikan sejumlah teknik yang dapat Anda gunakan dalam berhubungan dengan meditasi Diri-yang-Lebih-Tinggi yang memperkuat proses cahaya.

Dunia Energi

Semua kehidupan penuh dengan energi spiritual dalam berbagai bentuk. Bahkan apa yang kita pikir sebagai ruangan kosong ternyata benar-benar terisi dengan beberapa jenis kegiatan spiritual. Karena kita tinggal dalam lautan energi spiritual ini, maka kita secara terus menerus tercampur baur dengan sejumlah aliran energi lain. Bayangkan bagaimana dari sekian banyak orang di dunia ini, masing-masing berinteraksi dengan hal itu setiap hari. Setiap orang memiliki aliran aura sendiri, yang bisa jadi baik, buruk atau antara baik dan buruk. Ini berarti bahwa setiap orang secara

potensial dapat mempunyai pengaruh yang positif dan negatif pada auranya. Jadi untuk mengembangkan aura, kita perlu menyadari bahwa tidak hanya dari vibrasi kita sendiri, tetapi bagaimana kita berinteraksi dengan vibrasi-vibrasi lain. Kita harus belajar bagaimana mempertahankan keseimbangan spiritual kita, memelihara interaksi yang sehat dengan dunia di sekitar kita, dan tidak mengambil setiap vibrasi negatif yang ada.

Perlindungan

Persyaratan utama agar Anda tetap dalam aliran aura adalah mempertahankan dengan kuat perlindungan spiritual di sekitar Anda. Orang-orang yang tidak menyadari adanya interaksi sejumlah energi aurik dalam dirinya selalu bertanya pada saya, "Perlindungan dari apa?" dan saya mulai menjelaskan secara keseluruhan bagaimana energi negatif dapat masuk ke dalam diri mereka. Aura mempunyai sejumlah energi protektif yang mampu menyangga sejumlah besar energi negatif yang diarahkan pada Anda. Bahkan dengan adanya perlindungan itu pun, energi yang tidak diinginkan masih dapat masuk ke dalam, sehingga Anda memerlukan semua perlindungan yang Anda bisa peroleh.

Bidang Emas dengan Nyala Api Merah Oranye

Ini merupakan latihan protektif yang baik. Latihan ini sangat mirip dengan perlindungan gelembung emas yang Anda gunakan ketika akan melakukan meditasi. Perbedaannya hanyalah bahwa Anda mengitari lingkaran gelembung emas dengan nyala api merah oranye untuk melebur setiap energi yang negatif yang ingin coba masuk ke dalam diri Anda. Sekali lagi, latihan ini hanya mencegah atau menahan energi yang negatif. Semua aliran positif tetap mengalir secara normal.

Dalam cara yang sama seperti dalam Langkah 2 dari latihan meditasi Diri-yang-Lebih-Tinggi, berdirilah dan ulurkan tangan Anda, dan bayangkan bahwa Anda dilindungi oleh gelembung cahaya keemasan di sekitar lengan yang dari berasal tubuh Anda. Pahami dan rasakan bidang cahaya keemasan ini secara gamblang. Bayangkan tujuh aliran dari cahaya kehidupan yang melingkupi Anda dalam selubung yang bersifat melindungi. Begitu cahaya emas terbentuk, impikan nyala api merah oranye yang mengelilingi bidang keemasan dan membuat gelembung

seperti sebuah bola api cahaya kehidupan. Kemudian bayangkan cahaya protektif yang mengelilingi Anda.

Pasang perlindungan setiap kali Anda meninggalkan rumah, dan perkuat perlindungan ini seperlunya sepanjang hari. Perlindungan ini penting khususnya jika Anda akan berada dalam kerumunan orang, apakah itu sebuah pesta, pertemuan bisnis, konser, bioskop, atau setiap perkumpulan. Lindungi diri sendiri dan sesuatu yang mengasihi akan secara cepat menjadi sifat kedua bagi Anda dan salah satu alat spiritual terpenting yang Anda punyai. Ketika Anda bekerja dengan perlindungan ini, maka sifat ini akan tumbuh. Setelah berjalan dua minggu atau dengan usaha yang terus menerus, Anda akan mampu membentuk gelembung keemasan. Anda tidak perlu berdiri untuk melakukan latihan ini. Anda hanya dapat menutup mata untuk memperkuat cahaya seiring dengan meningkatnya kebutuhan.

Menutup Pintu Jiwa

Salah satu latihan spiritual pertama yang saya berikan kepada murid-murid saya dalam membangun perlindungan spiritual mereka adalah apa yang saya sebut penutupan pintu jiwa (*psychic door*). Pintu jiwa adalah bagian yang menarik dari anatomi spiritual Anda. Ini merupakan pintu gerbang untuk pikiran bawah sadar. Pikiran bawah sadar Anda rentan terhadap pengaruh-pengaruh dari luar. Ia merupakan alat pencatat yang sangat sensitif sehingga mampu mengambil segala hal terjadi di sekitar Anda, tanpa disadari atau tidak disadari. Sebagai hasil dari proses tersebut, dan bahkan tanpa Anda inginkan, pikiran bawah sadar dapat membawa aliran negatif yang pengaruhnya dapat membuat Anda menderita. Untuk melindungi pikiran bawah sadar Anda, aura telah membangun sistem filtrasi pikiran bawah sadar. Tujuannya adalah untuk mencegah masuknya energi yang merusak, dan membiarkan energi-energi yang positif untuk masuk. Namun, pintu ini dapat terbuka melalui ledakan-ledakan emosional, apabila Anda sudah terlalu banyak minum, atau memikirkan tentang ketidakramahan seseorang. Dalam kondisi ini, maka Anda akan terbuka terhadap segala sesuatu—yang baik maupun yang buruk. Pintu ini dapat menjadi titik kelemahan (*Achilles heel*) jika Anda tidak berhati-hati. Membuka pintu jiwa memang bukan hal yang aneh, tapi memang pintu jiwa ini sangat mudah untuk ditutup.

Gambar 11-1: **Menutup Pintu Jiwa**

Pintu jiwa terletak tepat di belakang telinga kanan dan terlihat seperti penutup biru, bila terbuka. Sangat penting untuk memastikan pintu ini selalu tetap tertutup, sehingga hanya pikiran-pikiran yang positif saja yang boleh masuk. Jika leher Anda kaku, atau merasa seseorang telah menyebabkan "penyakit di leher" Anda, maka ini dapat menjadi sinyal bahwa pintu jiwa Anda telah terbuka. Mekanisme spiritual yang aktual di mana pintu ini tertutup terlalu ruwet untuk digambarkan, tetapi dengan mengikuti prosedur yang telah disederhanakan, Anda dapat berhasil melakukannya.

Tempatkan telunjuk kanan Anda dan jari ketiga di belakang telinga kanan di atas pintu jiwa dan bayangkan tukang roti yang menjual roti dengan lapisan manisan dan jahe di pusat kepala Anda. Lihatlah tangan kanannya yang direntangkan dan yang menutup pintu dari dalam. Kemudian lihatlah pintu yang sedang ditutup dengan tiga buah kunci berwarna putih keemasan yang tidak dapat dilalui.

Secara pribadi saya membayangkan pintu jiwa saya yang tertutup seperti kunci pada sebuah ruangan besi yang dimiliki oleh bank. Begitu Anda telah berhasil melakukan latihan ini, maka pintu jiwa Anda tertutup. Jika Anda merasa pintu jiwa ini masih terbuka sedikit selama proses ini, maka ulangi latihan ini.

Energi yang Kita Tinggalkan

Albert Schweitzer pernah mengatakan bahwa apapun yang kita lakukan dalam hidup, kita harus "meninggalkan jejak kaki kasih sayang di belakang kita." Kita semua telah merasakan efek berdesir dari tindakan kita. Berapa kali Anda masuk untuk pertama kali ke dalam sebuah rumah dan merasa nyaman atau ditolak secara aneh? Perasaan seperti ini bahkan dapat terjadi sebelum kita bertemu dengan orang yang tinggal di rumah tersebut. Mengapa Anda merasa seperti ini? Karena rumah tersebut telah "diisi" dengan vibrasi-vibrasi dari orang tersebut. Prinsip pengisian ini ditunjukkan dengan sangat nyata di sejumlah gereja dan kuil, yaitu melalui nyanyian, pancaran cahaya, lilin-lilin, kemenyan atau dupa, air suci, dan lain-lain. Orang-orang yang vibrasi spiritualnya telah terakumulasi dengan ungkapan-ungkapan semacam itu, akan merasa meningkat secara spiritual.

Vibrasi ini bekerja pada kedua ujung spektrum. Rumah-rumah yang menurut dugaan dihuni oleh hantu dapat diisi dengan energi negatif, itulah sebabnya mengapa kita dapat merasakan merinding hanya dengan berjalan ke dalam suatu tempat seperti itu, sekalipun kita tidak melihat atau merasakan adanya hantu. Ada kisah tentang Jembatan Hitam (*Black Bridge*) di London. Tempat ini sangat terkenal terutama untuk orang-orang yang melakukan bunuh diri dengan melompat atau terjun. Cerita ini sendiri bukanlah sesuatu yang luar biasa. Yang membuat jembatan ini begitu luar biasa adalah sangat tingginya persentase mereka yang melompat dari titik lompat yang sama persis. Tentunya, mereka tidak sadar mengapa mereka melakukan hal ini, tetapi mereka selalu tertarik dan jatuh ke tempat yang sama. Mengapa mereka mau melakukan hal ini? Karena tempat tertentu itu telah diisi oleh energi vibrasi bunuh diri, dan orang yang punya pikiran untuk bunuh diri secara intuitif tertarik ke energi itu.

Pengaruh aura ini bekerja pada semua tingkatan interaksi, termasuk kursi-kursi yang Anda duduki, tepat-tempat yang Anda kunjungi, pakaian

yang Anda pakai, dan segala sesuatu yang berinteraksi dengan Anda. Saya mempunyai kawan baik yang membawa kursi kuno dari Dinasti Ming, yaitu seorang raja yang diduga telah duduk di kursi itu. Ia bangga karena telah membeli kursi itu dan menempatkannya pada suatu tempat yang menyolok di dalam rumahnya. Namun ternyata, kehadiran kursi itu di rumahnya membuat perasaannya sangat tidak nyaman. Ia berpikir bahwa ia telah menjadi tidak rasional. Dengan berlalunya waktu, rasa gelisahnya justru semakin menjadi. Ia mengundang saya untuk melihat apakah saya dapat mendengarkan segala sesuatunya dan mengetahui penyebab mengapa perasaannya selalu tidak tenang. Kursi itu berwarna hitam kelam dan agak pucat untuk sebuah perabotan yang dirancang untuk seorang raja. Begitu saya semakin dekat dengan kursi itu, perut saya seperti bermain salto, yang memberi tanda pada saya bahwa ada sesuatu yang tidak benar di kursi ini. Saya melihat secara kewaskitaan pada kursi dan melihat cahaya hitam mengelilinginya. Saya segera tahu bahwa kursi tersebut telah dihubungkan dengan hal-hal yang menakutkan. Seseorang atau orang-orang yang telah duduk dikursi ini telah bertanggung jawab untuk beberapa tindakan kejahatan, dan getaran-getaran itu masih melekat pada kursi. Teman saya melakukan beberapa penelitian dan menemukan bahwa raja dan kursinya telah bertanggung jawab atas sejumlah tindakan yang sangat kejam dan pembunuhan. Kami memurnikan kursi tersebut, tetapi ia telah memutuskan untuk menjualnya.

Ketika Anda bekerja dengan cahaya, maka Anda akan dapat merasakan dan memahami di mana dan kapan Anda perlu mengirim cahaya. Rekomendasi saya yang pertama dalam bekerja dengan energi di sekitar Anda adalah mengirim cahaya terlebih dahulu pada Anda untuk beberapa tempat yang akan Anda datangi dan orang-orang yang akan Anda temui.

Anda juga dapat menyebut energi lain yang menurut Anda cocok, seperti cinta atau kedamaian. Anda juga dapat memurnikan hal-hal yang Anda temukan. Apabila mendapat sebuah surat yang mungkin tidak begitu baik, Anda dapat meminta cahaya untuk masuk kepada surat itu sebelum Anda membacanya. Jika Anda akan membuat suatu percakapan telepon yang sulit dan dapat menyusahkan, niatkan cahaya untuk menyentuh orang yang akan Anda telepon dan pada telepon itu sendiri untuk membuat segala sesuatunya berjalan pada lancar (bergerak dalam tingkatan yang positif). Bahkan ketika Anda pergi ke sebuah bioskop, maka Anda perlu

memurnikan tempat duduk yang akan Ada duduki sehingga tidak dapat mengambil atom-atom spiritual dari orang yang duduk sebelum Anda.

Proses pemurnian untuk membersihkan benda-benda juga sangat sederhana. Jika Anda dapat memegang benda-benda tersebut dengan tangan Anda, peganglah pada tangan kiri sedangkan tangan kanan Anda diletakkan di atas tangan kiri. Jika tidak, mintalah pada cahaya untuk pergi ke benda tersebut. Melalui Diri-yang-Lebih-Tinggi Anda niatkan untuk membersihkan apapun yang menurut Anda perlu dibersihkan.

Dibutuhkan waktu beberapa menit bagi energi untuk mulai bekerja. Anda dapat minta pembersihan itu dilakukan pada saat Anda melakukan meditasi, atau hanya pada saat dibutuhkan. Namun, pembersihan material tidak ada sangkut pautnya dengan proses ini. Sebuah benda dapat menjadi amat bersih dan bebas kuman sekaligus juga bersih secara spiritual.

Memurnikan Rumah Anda

Sebuah tempat yang sangat penting untuk memusatkan proses kerja pemurnian adalah rumah Anda sendiri. Rumah merupakan tempat perlindungan, dan tempat yang sangat penting untuk mempertahankan agar spiritual Anda tetap bersih. Jika seseorang yang penuh kebencian berjalan masuk ke rumah Anda dan langsung membenci Anda. Setelah orang itu pergi, akan ada energi kebencian itu yang ditinggalkan di rumah Anda yang perlu Anda bersihkan. Anda dapat mengambil energi negatif itu bahkan tanpa Anda mengetahuinya. Pemurnian diperlukan untuk memurnikan pintu, kotak surat, telepon Anda dan khususnya tempat tidur Anda. Beberapa orang membakar dupa untuk membersihkan rumahnya. Orang Yunani Orthodox mempunyai tradisi memohon seorang pendeta untuk datang ke rumah mereka untuk membekati rumah tersebut.

Rasakan cahaya yang menyentuh segala sesuatu di dalam rumah Anda dan membersihkannya secara keseluruhan. Proses di mana cahaya pergi dalam rumah Anda sedikit berbeda dari bagaimana ia mencapai aura Anda. Ia masih melibatkan tetapi yang Anda perlukan adalah memvisualisasikan cahaya dalam melakukan apa yang Anda minta untuk dilakukan. Jika Anda perlu berfokus pada satu ruangan tertentu yang mati, tempatkan sejumlah lilin dalam ruangan itu dan lakukan pembersihan mulai dari

sana. Jika Anda tinggal di sebuah bangunan apartemen, lihatlah cahaya yang memancar sepanjang satuan milik Anda dan juga melarutkan setiap energi yang negatif dari unit-unit yang ada di antaranya. Saya telah menemukan tumbuhan yang dibakar itu dan membawa tumbuhan itu ke semua ruangan rumah pembersihan agar proses pembersihan berjalan dengan baik. Jika Anda melakukan hal ini, mintalah agar cahaya pergi ke daun itu untuk memperkuat proses pembersihan. Setelah berhasil melakukan latihan ini, Anda akan merasa sangat berbeda ketika berada di dalam rumah.

BAB
12

Meditasi Reflektif

Meditasi reflektif adalah meditasi sederhana dan menyenangkan untuk bekerja dengan cahaya. Jika meditasi Diri-yang-Lebih-Tinggi dirasakan sedikit agak rumit pada awalnya, jika Anda mempunyai masalah dalam berkonsentrasi selama melakukan meditasi, atau jika Anda hanya tidak sedang merasa *mood* untuk melakukan tahapan menurunkan cahaya, maka meditasi reflektif merupakan cara lain untuk menarik energi agar datang pada Anda. Sangat bagus bagi Anda untuk menenangkan kesadaran ketika mencari inspirasi dan petunjuk spiritual, atau hanya untuk merasakan keesaan Anda dengan Tuhan.

Dalam meditasi reflektif, Anda memusatkan perhatian Anda pada citra yang memberikan kesenangan dan meringankan pikiran. Dalam bayangan Anda, Anda dengan kuat memvisualisasikan warna dari energi yang diinginkan. Dengan melakukan hal ini, Anda menarik energi dan vibrasi yang Anda bayangkan. Misalnya, jika Anda memimpikan diri Anda berlari pada sebuah lapangan berbunga kuning cerah, maka Anda menempatkan perhatian Anda pada kecantikan dan semangat dari warna kuning tersebut. Jika Anda benar-benar bersambung dengan citra itu dan benar-benar merasakan bunga-bunga berwarna kuning tersebut, maka hal ini benar-benar memicu pengaruh dari penarikan energi kuning lemon itu pada

Anda. Energi tidak akan datang dengan intensitas yang sama sebagaimana pada meditasi Diri-yang-Lebih-Tinggi, tetapi hubungan tetap akan ada. Prinsip penarikan ini bukanlah hal baru.

Anda merasakan kekuatan reflektif ini ketika Anda melamun dan membiarkan pikiran Anda mengembara ke pulai tropis yang indah dimana Anda akan mengunjunginya, atau merenungkan wajah seseorang yang Anda cintai. Lamunan-lamunan ini mempunyai sifat meringankan pikiran Anda secara otomatis karena untuk saat itu, kesadaran Anda benar-benar terhubung dengan orang atau sesuatu yang sedang Anda renungkan. Meditasi reflektif ini hanya menerapkan prinsip ini dalam suatu lingkungan yang meditatif.

Jika Anda mempunyai masalah ketika bekerja dengan cahaya, maka masalah yang lebih sering muncul ada pada tingkatan mental. Di suatu tempat dalam tingkatan mental ini ada resistensi, kebingungan, atau kelelahan. Dalam situasi seperti ini, Anda akan menjadi seperti saluran untuk Cahaya Ilahi karena perhatian Anda lemah. Meditasi reflektif membantu mengendurkan pikiran sadar Anda dari ketegangan yang dialami. Dengan memusatkan citra pada mental yang menyenangkan dan menyejukkan, maka pikiran Anda akan tenang. Begitu pikiran Anda sudah tenang, energi spiritual Anda akan mengalir secara lebih bebas, yang menyemangati tingkatan mental dan membuat mereka lebih sensitif terhadap aliran cahaya yang lebih tinggi. Mengapa orang bepergian? Untuk bersantai, beristirahat dan memperbarui diri mereka. Pergi untuk memperbaiki mental dapat mempunyai pengaruh positif yang bagus juga, dan Anda tidak harus meninggalkan rumah untuk melakukannya.

Anda dapat menggunakan meditasi reflektif untuk setiap kondisi yang ingin Anda atasi pada meditasi Diri-yang-Lebih-Tinggi Anda, tetapi kini Anda sedang menggunakan imajiner spesifik dari sinar yang turun untuk menarik cahaya yang Anda perlukan. Untuk memulai meditasi yang reflektif, cari sebuah tempat yang tenang untuk melakukan pekerjaan Anda sebagaimana yang Anda lakukan dengan meditasi Diri-yang-Lebih-Tinggi. Nyalakan sebuah lilin jika Anda mau. Anda dapat memainkan sepenggal musik jika itu membantu untuk menetapkan *mood* Anda. Tempatkan cahaya protektif di sekeliling Anda dan mulailah berproses. Dalam hal ini, persiapan yang perlu dilakukan hanyalah memutuskan energi mana yang ingin Anda gunakan dan imajiner apa yang Anda

inginkan untuk menyatukan diri dengan hal itu. Bayangkan sesuatu yang benar-benar menarik kepada Anda dan sesuatu yang dapat Anda impikan secara gamblang. Kemudian tutuplah mata Anda dan secara mental Anda melihat diri Anda di sana. Luangkanlah waktu untuk melakukan hal ini sehingga Anda benar-benar masuk ke dalam gambar itu, rasakan apa yang sedang Anda impikan.

Penggunaan yang sangat sederhana dari imajiner ini adalah untuk melihat diri sendiri menerima siraman cahaya yang Anda inginkan. Misalnya, Anda sedang memanggil sinar lembayung dari kedamaian spiritual, lihatlah warna ini menyirami seluruh tubuh Anda seperti hujan. Biarkan ia menyentuh setiap bagian tubuh Anda, membasahi melalui pori-pori kulit Anda, membuat Anda santai dan meringankan pikiran Anda dalam kedamaian ini. Anda dapat mengikuti latihan yang sama dengan energi yang Anda perlukan.

Anda dapat menggunakan potongan-potongan gambar ini untuk membangkitkan energi yang Anda inginkan. Jika Anda merasa depresi, gambarkan diri Anda dalam sebuah air terjun, dan rasakan air merah oranye yang turun deras pada Anda, melepaskan Anda dari atom-atom yang gelap itu. Begitu itu terbentuk, impian gemilang memancarkan air putih biru yang berkilauan, yang membelai tubuh Anda dengan kekuatan hidup yang enerjik dan indah, yang mengeluarkan Anda dari depresi dan kesedihan jiwa. Masuki genangan air hijau emerald dan rasakan keseimbangan dan keselarasan dari air hijau brilian yang mengitari Anda. Cobalah untuk memimpikan warna-warna sekaya dan semurni yang Anda dapatkan. Sulit bagi Anda untuk memvisualisasikan pemandangan seperti itu, biarkan perasaan Anda mengambil alih ketika Anda melalui meditasi reflektif.

Jika Anda berharap untuk memberkati tubuh mental Anda dengan lebih banyak kekuatan konsentrasi dan kesungguhan hati, maka Anda dapat berjalan-jalan melalui padang bunga tulip berwarna kuning cerah, hiruplah dan isilah diri Anda dengan semangat kekuningan mereka seperti Anda menjadi satu dengan kekuatannya. Lanjutkan untuk tetap berada dalam padang bunga itu hingga Anda benar-benar penuh semangat. Jika Anda merasa kesepian dan merasa tidak dicintai, duduklah pada bukit dan bergabung dengan awan merah muda mawar yang tegas dan melayang, buanglah segala permasalahan yang ada pada hari itu. Rasakan diri Anda dalam awan merah muda yang indah ini, istirahat dalam pelukan kasih

sayang. Atau berlari melalui sebuah lapangan merah muda dan merasakan esensi keindahan yang melingkari dan memenuhi diri Anda, hingga Anda merasa kasih sayang spiritual terbentuk.

Ada sangat banyak variasi. Melalui praktek, Anda akan menemukan imajiner yang bekerja paling baik untuk Anda. Biarkan imajinasi Anda yang mengambil alih. Meditasi reflektif menambah keragaman yang bagus pada meditasi Anda.

Imajiner yang Terbimbing

Dalam meditasi reflektif ini, Anda tinggal mengikuti petunjuknya saja dan bukan menciptakan pemandangan yang Anda impikan. Ini bisa jadi imajiner yang terinspirasi dari orang lain, atau sesuatu yang telah Anda siapkan sebelumnya. Dengan imajiner yang terbimbing, tidak ada yang dilakukan selain mengalami. Meditasi harus dialami seolah-olah Anda benar-benar di sana, dan Anda harus mendorong perasaan Anda untuk melewatinya. Cara terbaik untuk mengikuti pemandangan-pemandangan yang dilukiskan di sini adalah merekam kata-kata pada sebuah kaset dan mengikutinya apabila Anda memutarnya kembali.

Lingkungan Hutan

Gambarkan diri Anda pada sebuah camp di pegunungan. Ini adalah permulaan dari fajar merah menyingsing, dan nyanyian burung yang membangunkan Anda. Di dalam kantong tidur Anda, Anda merasa rapi, hangat, dan senang. Anda merasa aman dari kedinginan, udara pegunungan yang segar dan kering membelai pipi Anda, mengundang Anda untuk meninggalkan tenda dan mengeksplorasi keindahan hutan di sekitar Anda.

Anda melepaskan diri dengan diam-diam keluar dari kantong tidur Anda, memasang sepatu bot, mengambil handuk, dan melangkah keluar dari tenda. Kemudian Anda mengambil napas yang dalam dan menghirup aroma pohon cemara hutan, merasakan napas kehidupan yang mengisi paru-paru Anda dan membakar setiap sel dalam tubuh Anda. Anda merentangkan tubuh, dan membuka mata, mengikuti garis-garis cemara berwarna hijau emerald hingga ke fajar langit merah. Anda melihat ada jalur yang memimpin jalan Anda dari camp dan masuk ke dalam hutan; Anda ingin tahu kemana jalan ini akan menuju. Tanah coklat merah yang

subur meskipun terasa lembut namun mendukung langkah Anda dengan kekuatannya yang lembut, ketika Anda maju melewatinya. Anda melangkah pada jarum-jarum cemara dan mendengar mereka berderik di antara kaki Anda. Anda merasakan hembusan udara pegunungan yang dingin di sekitar hidung dan pipi Anda. Anda mendengar angin sepoi-sepoi mendesau melalui dedaunan. Anda merasakan kekuatan hidup yang luar biasa yang semuanya mengalir dengan bebas di sekeliling Anda, dari tanah yang subur hingga puncak pohon-pohon yang sangat megah. Menara-menara pohon di atas Anda, yang menutupi Anda dalam ketenangan dan kekuatan abadi mereka. Anda menjadi satu dengan ketenangan dari hijau gelap hutan.

Anda bergerak maju melewati jalur dan menemukan sebuah tempat terbuka yang menuju ke arah air terjun yang mengalir lembut pada bebatuan, yang bermuara pada kolam dangkal yang jernih, sumber dari aliran pegunungan. Kolam memantulkan dan menggambarkan langit yang berada di atasnya. Biru cerah, dengan lintasan-lintasan merah muda dan tarian sinar matahari keemasan yang berkilauan di air. Matahari hangat dan kolam yang berkilauan mengundang Anda untuk mandi dalam air segarnya yang murni. Anda membuka pakaian, turun ke dalam air dan berendam. Anda melihat ke bawah hingga ke dasar kolam dan melihat batu koral warna warni yang cemerlang. Batu-batu kerikil tersebut berkilauan dan seperti permata dan mutiara indah yang berkilauan, dan tiba-tiba Anda merasa menjadi kaya raya, seolah-olah Anda telah menemukan harta karun rahasia. Anda berdiri di bawah air terjun ketika air membersihkan semua kotoran dari tubuh Anda, Anda merasa bersih dan merasakan diri Anda sudah terbarui seperti belum pernah terjadi sebelumnya

Anda meninggalkan kolam dan sel-sel dari kulit menjadi bersih dan hidup dalam udara yang sejuk. Anda mengeringkan tubuh dengan handuk, berpakaian, dan keluar dari air terjun, naik terus lebih tinggi hingga ke jalan setapak. Angin sepoi-sepoi menyambut hidung Anda dengan sebuah wewangian yang begitu manis, Anda merasakan terdorong untuk belajar apa yang menanti Anda selama berada di jalan setapak. Anda tetap mendaki, dan tiba-tiba jalan setapak itu membuka ke dalam padang rumput yang sangat hijau yang penuh dengan bunga-bunga liar atau bunga hutan yang mempesona yang penuh dengan bunga berwarna oranye, merah, ungu,

merah muda, lembayung, dan kuning—semuanya bergoyang dengan gembira dihembus angin sepoi-sepoi. Anda berlari melalui padang rumput, rumput-rumputan yang hijau cerah dan bunga-bunga yang membelai tangan Anda, dan Anda merasakan sinar marahari hangat yang bersinar pada Anda. Padang rumput meluas hingga ke atas, dan Anda tiba pada bagian atas dari suatu puncak. Mata Anda melihat panorama indah dari lembah-lembah hijau yang subur, gunung-gunung lembayung yang sangat megah, dan langit hijau biru, dengan gelombang awan berwarna merah muda dan putih.

Salah satu dari awan-awan yang berwarna merah muda ini mendekati Anda dan Anda tertutup dalam gelembungnya, kelembutan merah muda yang mengasihi. Anda pergi melayang dengan awan-awan ini, damai, dan semakin tinggi. Sinar matahari menghangatkan dan memandikan Anda dalam esensi pokok dari kasih sayang dan cahaya merah muda mawar yang tegas. Kasih sayang dan cahaya ini mengalir dalam warna merah muda yang menyolok melalui pikiran, sistem syaraf secara keseluruhan, dan tubuh fisik Anda secara keseluruhan, dan semuanya mengelilingi Anda pada setiap sisi. Kasih sayang ini melingkupi Anda. Anda merasakan kekuatan penyembuhannya yang mengalir melalui Anda, dan membuat Anda terbuka hingga dapat menerima kasih sayang yang lebih besar, kedamaian yang lebih besar, dan kesenangan yang lebih besar dibandingkan yang pernah Anda tahu sebelumnya.

Awan kini membawa Anda dengan hati-hati kembali melewati padang rumput, dan air terjun. Awan kemudian menjadi parasit berwarna merah muda. Parasut merah muda ini membawa Anda dengan hati-hati kembali turun ke bumi. Dengan hati-hati. Ia membawa Anda melintas turun menuju camp dimana petualangan Anda dimulai. Anda mengambil napas dalam pada udara pagi hari sekali lagi, dan Anda menyimpan perasaan, dan pemahaman atas apa yang telah Anda alami secara spiritual, dan pengertian bahwa Anda seperti terlahir kembali. Anda berada dalam kedamaian, dan Anda akan mempertahankan kedamaian yang dalam, ketenangan, dan ketenteraman tersebut dalam diri Anda sepanjang minggu mendatang.

Kepulauan Biara

Anda sedang berada dalam sebuah perahu menuju pulau tropis dimana tak seorang pun pernah kesana sebelumnya. Airnya biru jernih dengan

kilauan hijau emerald yang cemerlang. Anda mendarat dan turun dari kapal kemudian berjalan melintasi pantai pasir putih yang berkilauan. Pasir terasa seperti beludru. Ketika Anda berjalan, Anda melihat kebun bunga yang indah dan berjalan ke arahnya. Bunga-bunga dengan warna warni yang indah dan bentuk yang geometris, yang menggetarkan warna-warna pada Anda, melingkupi Anda dalam kemegahannya. Ada beberapa burung-burung dan hewan cantik di kebun. Mereka tahu bahwa Anda di sana dan senang melihat Anda. Pohon-pohon penuh dengan buah juga mengirimkan getarannya pada Anda. Anda tertarik pada sebuah pohon tertentu yang mempunyai buah yang berlimpah ruah yang belum pernah Anda lihat sebelumnya. Anda mengambil satu buah dan memakannya. Itu adalah potongan buah yang paling lezat dari yang pernah Anda rasakan. Anda mendapatkan semangat baru dengan aromanya. Kini Anda berjalan di kebun dan menyadari bahwa Anda sedang berjalan pada jalur keemasan yang cemerlang menuju ke lereng gunung bagian atas. Anda nampak seperti terbang melayang tanpa kesulitan ketika Anda berjalan pada jalur keemasan yang mendaki pada pegunungan.

Mulai di kejauhan sana, Anda melihat sebuah biara. Anda mendaki tanpa kesulitan menuju biara tersebut. Ketika Anda mendekat, Anda mendengar lonceng berbunyi—nada yang indah! Anda merasakan atmosfir kekuatan dan cahaya. Anda mendekati biara dan masuk ke dalam melalui pintu gerbang yang ada di luar. Sepertinya tidak ada biara seperti ini yang pernah Anda lihat sebelumnya. Biara ini berukuran besar dengan beberapa bangunan berwarna putih, dan diisi dengan kebiun-kebun dan air mancur. Ada banyak warna-warna berkilauan di mana-mana. Seorang biarawan menyambut Anda, berpakaian jubah keemasan. Tak ada kata-kata yang diucapkan, namun ada rasa kasih sayang antara Anda dan biarawan, dan Anda mengerti satu sama lain dengan sempurna. Anda melihat tanah, dan bangunan dari beberapa ruangan. Biara membiarkan Anda berkeliling melalui sejumlah ruangan besar atau aula sendirian. Anda berjalan kedalam sebuah ruangan dan melihat sejumlah lukisan dan naskah. Di halaman yang dikelilingi tembok, ada sejumlah air mancur multi warna yang memikat hati. Anda membuka pakaian dan melangkah pelan ke dalam sebuah air mancur. Airnya seperti terbuat dari cahaya murni, yang bergerak dalam formasi yang simetris dan tak terlukiskan indahnya. Anda terpesona oleh keindahannya.

Anda melangkah keluar dari air mancur yang sangat menyegarkan, dan mengenakan jubah putih yang sangat bagus yang telah disediakan di bangku hanya untuk Anda. Anda kemudian melihat bangunan kaca yang melingkar. Anda penasaran bagaimana cara masuk ke dalamnya. Anda tidak melihat ada pintu. Biarawan muncul di sebelah Anda dan menempatkan tangannya pada sebidang kaca, kaca pun terbuka dan Anda masuk ke dalamnya. Biarawan tersebut menghilang lagi. Anda berjalan ke tengah-tengah ruangan melingkar yang besar ini. Ada lingkaran cahaya kehidupan berwarna ungu dan sebuah kursi keemasan dalam kursi itu. Anda duduk di kursi dan merasakan energi dari ruangan tersebut. Pikiran dan perasaan Anda menjadi semakin tinggi. Anda melihat ke sekeliling dan mengagumi kubah emas yang sangat bagus di atas Anda. Dan Anda melihat aliran cahaya yang indah dari kubah di sekeliling tubuh Anda, yang memperlihatkan aliran cahaya spiritual itu ke dalam diri Anda. Cahaya mengalir dalam warna-warna yang berbeda dan nampak jelas apa yang Anda perlukan. Kemudian cahaya berhenti mengalir dari kubah. Lingkaran ungu dimana Anda duduk mulai naik dan melingkupi Anda, sebuah nyala apidari cahaya yang menyemangati kehidupan mengitari seluruh tubuh Anda dan mencapai semua jalan menuju ke kubah keemasan. Anda tetap dalam aliran itu untuk beberapa saat tetapi merasa seperti Anda dapat tetap di sana selamanya. Nyala api menyurut, dan Anda meninggalkan bangunan kaca. Biarawan membimbing Anda keluar dari biara dan turun ke lereng gunung. Anda berjalan ke kapal yang membawa Anda ke tempat yang indah ini. Anda mengatakan selamat berpisah pada biarawan, masuk ke kapal dan berlayar dengan perasaan yang benar-benar segar dan seperti terlahir baru kembali.

Lingkungan Perkebunan

Anda melihat diri Anda mengenakan jubah merah, sendal, dan ikat pinggang. Anda berjalan sepanjang jendela kaca yang indah. Di samping kiri dan kanan Anda tidak tampak apapun kecuali bunga-bunga. Pada sisi kanan adalah warna-warna merah muda, merah, oranye dan kuning; pada sisi kiri adalah warna-warna yang lebih sejuk yaitu hijau, biru dan ungu. Ketika Anda muncul di jalan, Anda berjumpa dengan kuda putih yang bagus. Anda menunggang kuda tersebut dan dengan segera merasakan semangat, hidup dan kekuatan yang luar biasa. Tampaknya Anda

mengetahui persis kemana akan dibawa dan mulai berlari dalam irama yang mengalir. Anda merasakan angin sepoi-sepoi melalui rambut Anda dan Anda merasakan kebebasan yang sangat indah. Kuda-kuda yang membawa Anda melalui padang rumput hijau dan, ketika Anda menunngganginya, ia semakin berwarna hijau.

Kuda membawa Anda ke rumah yang besar dengan berpenyangga tiang yang kelihatan sepertinya milik perkebunan Selatan. Anda turun dari kuda dan melangkah ke atas menuju ke dalam rumah yang besar. Tak ada orang di sekitar rumah itu. Anda memikirkan diri sendiri bahwa ini adalah salah satu rumah yang terbagus yang pernah Anda lihat. Anda berjalan ke dalam, dan interiornya lebih bagus. Anda segera tertarik ke tangga rumah yang berbentuk spiral. Anda naik ke lantai dua, yang mempunyai sebuah koridor panjang. Ada enam ruangan di sebelah kanan dan enam ruangan di sebelah kiri. Anda pergi ke pintu pertama pada sisi kanan dan masuk. Ruangannya besar, dengan perabotan mewah milik Louis XIV. Sepreinya berwarna biru bercahaya yang cantik dengan sedikit bunga-bunga kuning bersulam di sepanjang tepinya. Anda pergi ke jendela yang sangat bagus, dan di sebelah jendela itu terdapat kursi hias keemasan, yang menghadap dinding. Pada dinding itu ada lukisan yang sangat besar,

Anda duduk dan belajar melukis. Mata Anda langsung tertarik ke satu titik fokus-sebuah aliran hijau emerald yang indah. Ini sangat menyegarkan untuk dilihat. Sepanjang sisinya ada pohon-pohon dan hewan-hewan kecil yang tergesa-gesa berlari di antara bebatuan. Matahari tampaknya langsung berada di atas, yang memancar dengan sinar penuh kemuliaan.Ketika Anda melihat ke smua benda yang berbeda dalam lukisan, tiba-tiba aliran mulai bergerak dan menjadi hidup. Anda dapat merasakan sinar-sinar matahari dan Anda menjadi satu dengan cahaya itu. Ketika Anda merasakan aliran yang menyelimuti itu dan mengangkat Anda, tiba-tiba Anda menyadari bahwa Anda telah masuk ke dalam lukisan tersebut, dan dijalankan oleh air. Anda memilih sebuah tempat yang memanggil Anda dan duduk pada sebuah batu dan memandangi aliran tersebut.

Ketika Anda duduk di sana, cahaya putih yang cantik menyinari Anda, dan menyentuh ke pusat tubuh Anda. Anda meminum cahaya ini, merasakan diri Anda menjadi semakin tinggi. Kemudian setiap rumah yang telah Anda tempati mulai berkelap-kelip dalam pikiran Anda. Anda merasakan cahaya ini menyentuh ke setiap salah satu dari rumah-rumah

tersebut, yang melepaskan setiap pengalaman atau kenangan yang tidak membahagiakan dan memperlihatkan pancaran cahaya ini ke setiap rumah tersebut. Anda merasa berterima kasih atas apa yang dilakukan oleh cahaya. Kemudian Anda merasa aliran lain dari cahaya ini yang menyentuh ke dalam setiap getaran dan setiap orang yang pernah tinggal dengan Anda di rumah tersebut, melingkupi mereka dalam cahaya ini dan meningkatkan spirit mereka.

Kemudian cahaya memudar. Anda merasa seperti seseorang yang baru. Anda bangun dan mulai berjalan dengan aliran, sekali lagi merasakan matahari mengirim kekuatan dan kasih sayang Anda. Tiba-tiba Anda kembali ke dalam kamar tidur, duduk dalam kursi emas. Melalui jendela Anda dapat melihat kuda menunggu Anda, Anda mengucapkan selamat berpisah pada ruangan, turun melalui tangga spiral, melewati pintu msuk, dan kembali ke kuda. Ia akan membawa Anda kembali ke jalur cahaya putih simana Anda pertama kali memulai perjalanan Anda. Sekali lagi, Anda merasa benar-benar segar dan terlahir kembali.

BAB
13

Afirmasi & Visualisasi

Afirmasi dan Visualisasi merupakan dua latihan spiritual yang sangat efektif, yang dapat dipergunakan untuk memberi penekanan pada energi kerja spiritual kita. Menurut pendapat saya dalam melakukan pekerjaan sebaiknya tidak hanya dilakukan sendiri, tetapi hubungkan dengan cahaya, sehingga dampaknya menjadi sangat kuat.

Afirmasi

Awal abad ke 20 ini ditandai dengan berkembangnya gerakan spiritual yang dikenal dengan nama Pikiran Baru (*New Thought*), atau yang oleh William James dinamakan dengan "Agama Kesehatan Pikiran (*The Religion of Healthy-Mindedness*)". Falsafah yang mendasari gerakan ini adalah pikiran kita membawa pengaruh langsung terhadap kualitas kehidupan kita, dan dengan melakukan perubahan terhadap pikiran, maka kita dapat mengubah berbagai aspek dalam kehidupan ini. Meskipun pemahaman kita terhadap falsafah ini jauh lebih baik pada masa kini. Namun, pada saat pertama kali dikenalkan pemikiran ini merupakan sesuatu yang revolusioner. Sebuah pepatah bijak terkenal berbunyi "Pikiran mengatasi masalah" berkembang cepat dalam gerakan ini. Pikiran Baru

berusaha menunjukkan dimensi spiritual dari pikiran kita, dan bagaimana menggunakan pikiran kita secara tepat. Kita menyesuaikan diri kita dengan skema keilahian kehidupan. Pelopor gerakan ini adalah Norman Vincent Peale, Ernest Holmes, Charles Fillmore, dan Thomas Troward, yang diantaranya berhasil me-numbuhkan organisasi religius terkait hal tersebut. Sampai kini Pikiran Baru tetap hidup, bahkan semakin berkembang dan tambah maju.

Salah satu alat Pikiran Baru yang paling efektif untuk memfasilitasi perubahan mental adalah penggunaan metode Afirmasi. Afirmasi berupa pernyataan deklaratif yang kuat dapat mempunyai efek membalik kepercayaan atau sikap negatif. Misalnya, jika Anda terus-menerus mengatakan kepada diri sendiri "Saya tidak berharga", dan sungguh-sungguh percaya tentang hal itu, maka Anda akan mampu melakukan hal-hal yang sifatnya negatif dalam kehidupan Anda. Dengan membuang pikiran negatif dan menggantinya dengan Afirmasi positif, seperti "Saya hamba Tuhan yang mulia" Anda akan mampu melakukan perubahan yang positif dalam hidup Anda. Afirmasi mengikuti nilai spiritual yang bekerja di dalam tubuh. Jika Anda sudah mencoba untuk memfokuskan pada kualitas positif Anda, Afirmasi dapat membantu untuk memperoleh seperangkat kesadaran pada berbagai tujuan yang Anda inginkan.

Merancang Afirmasi

Begitu Anda mengikuti arus bagaimana Afirmasi bekerja, maka Anda akan memperoleh sejumlah kesenangan bersamanya. Jika Anda mencoba mengatasi kebiasaan/sifat emosional atau mental negatif dengan cahaya, maka Anda dapat menggunakan Afirmasi untuk membantu memperkuat tubuh mental Anda. Atau, jika Anda mempunyai permasalahan yang saling berhubungan, maka Afirmasi dapat membantu memanggil energi yang mampu memfokuskan pada cara-cara positif, sehingga Anda dapat membebaskan diri dari hal itu. Di sini disampaikan beberapa petunjuk merancang Afirmasi.

1. Kata Afirmasi Anda Harus Seolah-olah Hal Tersebut Sudah Menjadi Kenyataan

Afirmasi harus mengekspresikan kesadaran dan kenyataan sesungguhnya dari situasi yang akan Anda inginkan. Dalam konteks ini Anda tidak ingin membuat proyek imajinasi dari sesuatu yang akan terjadi di masa depan.

Misalnya, buatlah Afirmasi "Saya kehilangan berat badan" tampak kurang efektif dibandingkan dengan mengatakan "Saya ingin berat tubuh yang ideal". Dengan menganggap diri sendiri sudah berada pada kondisi yang ingin dicapai, maka Anda akan mempertahankan kondisi tersebut pada saat ini, dan hal ini mempunyai pengaruh pada Visualisasi tentang diri Anda sebenarnya.

Gunakan pernyataan seperti "Saya adalah" sebagai upaya menjaga Anda memfokuskan pada saat ini. Jika Anda menggunakan frase tentatif seperti "Saya ingin" atau "Saya berharap" akan memberikan kesan tidak ada keyakinan, dan Afirmasi Anda tidak akan menghasilkan dampak positif.

2. Menghindari Kata "Tidak"

Penggunaan kata "tidak" atau "tidak pernah" merupakan bentuk penyangkalan. Tanggapan atas kesadaran Anda merupakan Afirmasi yang sangat baik. Afirmasi harus dalam bentuk pernyataan *positif.* Anda ingin memperkuat apa yang Anda inginkan—bukan apa yang tidak Anda inginkan. Sebagai pengganti ucapan " Saya tidak sakit", misalnya, sebaiknya Anda mengatakan "Saya sehat wal'afiat" atau "Saya ingin benar-benar sehat". Dua pernyataan terakhir ini merupakan bentuk pernyataan Afirmasi.

3. Rasakan Apa yang Anda Katakan

Anda harus sungguh-sungguh dengan apa yang Anda katakan. Kalau tidak, apalah artinya? Hal ini harus sungguh-sungguh muncul dari hati Anda. Dalam merancang Afirmasi, sebelum menggunakannya, temukan terlebih dahulu kebenaran dan maknanya bagi Anda.

Cahaya dan Afirmasi

Jika Anda sedang duduk mengelilingi sebuah meja dalam ruangan yang gaduh, makan malam yang heboh, dan meminta kepada secangkir kopi kepada pramusaji dengan suara yang lembut, apa yang Anda harapkan akan terjadi? Seberapa cepat Anda akan mendapatkan secangkir kopi? Apakah pramusaji mendengar suara Anda di tengah-tengah segala kebisingan dan aktivitas tersebut? Anda harus berbicara dengan jelas dan keras dalam situasi seperti itu agar dapat didengar. Cara kerja Afirmasi adalah mirip dengan hal itu. Jika Anda mengulang-ulang Afirmasi, tetapi

tidak menempatkan kekuatan di belakangnya, maka hal itu tidak akan banyak berarti. Anda menjadi seperti burung beo, selalu mengulang kata-kata tanpa memahami apa yang diucapkannya. Akibatnya, tidak ada kekuatan dalam kata-kata tersebut yang berdampak pada kesadaran Anda.

Jika Anda menginginkan Afirmasi memberi hasil, maka harus dilatarbelakangi dengan kekuatan dan keyakinan. Tubuh mental Anda sangat sibuk dengan berbagai hal, dan Anda mengharapkannya kuat untuk menerima itu semua. Di sini kita tidak bicara tentang kekuatan spiritual dan keikhlasan. Saya telah menemukan bahwa dengan mempergunakan Cahaya Keilahian untuk Afirmasi, Anda telah memberikan kekuatan dan wewenang yang lebih besar. Dan yang lebih penting dari semuanya, dengan menggunakan cahaya untuk Afirmasi, maka Anda memasukkan kata-kata dengan beberapa esensi keilahian dari apa yang Anda tegaskan.

Anda dapat mengundang cahaya untuk bekerja bersama Afirmasi pada saat meditasi, atau menggunakannya sebelum atau setelah cahaya itu bekerja sebagaimana biasanya. Salah satu cara, mulailah meditasi Diri-yang-Lebih-Tinggi sebagaimana yang biasa dilakukan. Jika perlu, pertama kali lakukan pembersihan mental dengan cahaya agar pikiran Anda menjadi jernih. Ketika Anda berada dalam Diri-yang-Lebih-Tinggi Tertinggi, hadirkanlah cahaya putih bersih untuk menyentuh ke dalam tubuh mental Anda. Anda juga dapat meniatkan cahaya untuk menyentuh ke dalam pusat tenggorokan.

Ketika Anda merasa sang cahaya sudah hadir, mulailah mengucapkan Afirmasi Anda. Ulangi tiga kali, rasakan cahaya menyentuh ke dalam setiap kata yang Anda ucapkan. Deklarasikan Afirmasi Anda dengan jelas. Anda tidak perlu memaksanya atau meneriakkannya, tetapi buatlah hal itu menjadi pasti. Upayakan dalam pikiran sadar atau di bawah sadar untuk tidak salah menafsirkan apa yang Anda ucapkan. Begitu Anda mengucapkan kata-kata, lihatlah cahaya bergerak dengan pikiran yang terkatakan dari pusat mental Anda. Yakinkanlah bahwa pikiran sekarang bergerak ke dalam pusat-pusat spiritual lainya, terus bergerak dan memanifestasikan Afirmasi dalam kehidupan Anda.

Contoh Afirmasi

Saat ini banyak contoh tentang Afirmasi. Tidak menjadi masalah jika Anda menggunakan Afirmasi Anda atau orang lain, selama Afirmasi tersebut dapat memberikan manfaat bagi Anda. Saya banyak menggunakan

Afirmasi di dalam kelas. Sebab, hal itu merupakan salah satu cara tercepat untuk menyatukan sekelompok orang dan membuat mereka bergerak dalam cara yang positif dan kreatif. Berikut ini 30 Afirmasi yang saya gunakan dan telah memberikan dampak yang besar.

1. Saya sungguh Sehat, Harmonis, dan Gembira.
2. Saya begitu Kuat, Mampu, dan Berhasil.
3. Saya begitu Tenang, Damai, dan Tenteram.
4. Kerajaan Tuhan, Kejayaan Tuhan sungguh-sungguh ada. Selamanya saya menjadi bagian darinya.
5. Hukum Tuhan yang sempurna saat ini telah bekerja pada berbagai urusan saya.
6. Saya bebas dari kehidupan yang penuh dengan ketegangan, stres, dan ketakutan.
7. Saya dilimpahi dengan pancaran kebahagiaan, diberkahi kasih sayang, dan kekuatan yang sempurna.
8. Saya sadar bahwa saya mengharapkan yang terbaik bagi diri saya.
9. Ada kekuatan daya tarik tersembunyi dalam diri saya yang sungguh mempesona.
10. Saya tidak pernah kuatir tentang apa yang terjadi kemarin, karena saya tahu hari ini segalanya akan menjadi sesuatu yang baru.
11. Saya membebaskan diri dari segala bentuk keterbatasan dan saya berserah diri pada Tuhan, dan berjalan di taman Firdaus dan keabadian.
12. Saya memberikan perhatian sepenuhnya pada kekuatan Tuhan yang positif, kreatif, dan dinamis. DISINI DAN SAAT INI. Saya buang segala bentuk ilusi dan kepercayaan yang mengganggu, dan kini mengikuti aturan keilahian yang ada dalam diri.
13. Semangat Keilahian dari Tuhan berada di atas segala bentuk perbedaan.
14. Kehadiran Roh Suci dari Tuhan yang Menghidupkan mempunyai rasa memiliki yang penuh dari raga tubuh ini.
15. Pikiran, tubuh, dan jiwa saya hanya bereaksi terhadap kesempurnaan, keindahan, kebijaksanaan, kesucian, kasih sayang.
16. Saya mengucapkan terima kasih karena saya pernah terlahir kembali, pernah mengungkapkan secara terbuka kehidupan yang dialami, cinta, kesehatan dan energi.

17. Kasih sayang ilahi dan kebijaksanaan mendahului saya, membuat langkah saya menjadi mudah dan berhasil, sehingga saya kini berada dalam bimbingan, sembuh, menjadi makmur, dan diberkahi.
18. Tuhan dan saya adalah Satu.
19. Cahaya cinta menyinariku sebagai energi yang baru, kedamaian pikiran yang baru, kekuatan baru, keselarasan baru, dan kebaikan-kebaikan baru dalam setiap kehidupanku.
20. Cinta Keilahian meramalkan segalanya, dan sangat tersedia untuk saya.
21. Spirit Tuhan yang tinggal dalam diri saya memberkahi pikiran saya, menyembuhkan tubuh saya, dan menjadi makmur.
22. Hamba Tuhan yang suci hanya mengetahui kebebasan sepenuhnya dan kehidupan yang tak terbatas dari Kehidupan Abadi.
23. Tuhan adalah prinsip kehidupan yang kreatif, dan saya menyatu dengan semua kecerdasan kreatif dan kebijaksanaan Tuhan.
24. Kehidupan saya dibimbing oleh kecerdasan keilahian.
25. Aliran kreatif saya diungkapkan secara sempurna dan sangat bagus.
26. Saya memperoleh kemakmuran melebihi apa yang saya bayangkan.
27. Saya terbuka untuk memberikan kasih sayang dan menerima kasih sayang.
28. Energi saya tak terbatas dan saya terisi dengan vitalitas.
29. Saya mempunyai motivasi yang baik untuk mengisi setiap hari penuh dengan pikiran, kata-kata dan perbuatan yang selaras.
30. Saya melepaskan kesalahan masa lalu saya dan akibat-akibat dari kesalahan itu.

Visualisasi

Visualisasi bekerja hampir seperti Afirmasi di mana keduanya memperkuat kekuatan tubuh mental. Disini aspek kreatif punya peran yang kuat, karena Anda menemukan skenario yang ingin Anda wujudkan.

Kemampuan untuk memberikan gambaran merupakan salah satu ciri spiritual penting yang Anda miliki. Anda tidak dapat menciptakan sesuatu yang nyata jika tidak menggambarkannya terlebih dulu dalam angan-angan Anda. Ketika Anda membayangkan sesuatu dengan kuat, maka Anda membuat sebuah kesan dalam struktur spiritual dari kehidupan Anda.

Kesan itu mempunyai efek segera yang mengarah pada perwujudan angan-angan tersebut. Jika kesan ini terus menerus diperkuat, maka pada akhirnya angan-angan tersebut bisa menjadi kenyataan. Visualisasi sebenarnya merupakan sifat penglihatan Ilahi yang bekerja dalam dan melalui pikiran Anda. Kekuatan Visualisasi yang kreatif ini ada pada setiap tingkatan kegiatan, dari tindakan kreatif yang paling sederhana hingga penemu yang hebat atau pekerjaan seni. Alam semesta sendiri tercipta dari sebuah gagasan Sang Ilahi. Jadi ketika Anda secara sadar menggambarkan sebuah keinginan atau sebuah harapan dalam pikiran Anda, maka sebenarnya Anda sedang menggunakan alat penemu kreatif yang terkuat yang ada pada diri Anda.

Saya telah melihat beberapa kejadian luar biasa sebagai hasil kerja dari proses Visualisasi. Dalam salah satu kelas yang saya ajar, ada seorang perempuan yang sangat paham tentang gagasan Visualisasi, meskipun ia tidak secara khusus mempelajari ilmu metafisika. Ia adalah seorang pedagang perantara yang bekerja untuk sebuah agen yang bergengsi. Ia mengetahui bahwa bekerja dengan cahaya dan Visualisasi akan dapat membangun bisnisnya. Ia mulai menggunakan sinar hijau biru, dan membayangkan akan memperoleh sejumlah kesepakatan dengan para pembeli, dan akhirnya mendapatkan banyak uang. Ia adalah pekerja yang rajin dan melakukan pekerjaannya dengan tulus dan ikhlas, sehingga dalam beberapa bulan saja ia dapat menggandakan penjualannya, sehingga menjadikannya sebagai penghasil uang yang andal.

Merencanakan Visualisasi

Mengingat begitu kuatnya kemampuan Visualisasi dalam mewujudkan sesuatu, maka Anda harus mengetahui benar apa yang ingin Anda ciptakan. Pepatah lama yang mengatakan, "Hati-hati terhadap apa yang Anda inginkan karena bisa saja hal itu menjadi kenyataan" adalah benar ketika hal ini menyangkut dengan Visualisasi. Jika Anda tidak merencanakan Visualisasi secara cermat, maka Anda akan menciptakan sesuatu yang benar-benar tidak Anda inginkan, atau mengabaikan untuk menciptakan sesuatu yang Anda inginkan. Saya bekerja dengan seorang perempuan yang sedang menggambarkan suatu pekerjaan yang baru. Dia sangat hati-hati untuk membentuk jenis pekerjaan yang diinginkan. Akhirnya ia mendapat pekerjaan dan gaji yang diinginkan. Tetapi ia meninggalkan satu elemen kritis yang menghantui hidupnya yaitu

keselarasan dalam bekerja. Ia lebih memperhatikan sifat pekerjaan dan uang, sehingga lupa untuk memimpikan lingkungan kerja yang menyenangkan. Akibatnya, ia tidak mendapatkan apa-apa kecuali terjadi pergesekan dengan atasan dan teman-teman lainnya. Akhirnya ia pindah ke divisi lain dimana segala sesuatunya berjalan dengan lebih baik, tetapi ia telah belajar bagaimana merencanakan Visualisasi yang lengkap.

Sebelum merencanakan Visualisasi Anda, ketahuilah bahwa Anda tidak pernah sendiri dalam proses ini. Tuhan selalu menjadi mitra Anda dalam setiap Visualisasi kreatif yang Anda ciptakan. Akhirnya, visi Tuhanlah yang Anda panggil, kekuatan Tuhan yang Anda gunakan, sehingga Tuhan harus dikenali secara sadar seperti semua kehadiran yang menyerap semua dan kekuatan dalam rencana Anda.

Dengan memahami hal ini, mulailah untuk merencanakan Visualisasi Anda. Langkah pertama adalah benar-benar menentukan tujuan atau keinginan yang jelas untuk dipenuhi. Anda harus berhenti sejenak dan berpikir: Apakah hal ini benar-benar yang saya inginkan? Apa yang ingin saya munculkan? Ini seharusnya tersusun dengan baik dan bermanfaat sesuai waktu dan upaya Anda. Apakah Anda mencari pekerjaan yang baru, atau mencoba untuk menemukan teman yang romantis. Apakah Anda mencari untuk membeli sebuah mobil atau sebuah rumah? Visualisasi Anda dapat menjadi sederhana atau rumit seperti yang Anda pilih.

Saya merekomendasikan untuk mengambil waktu seminggu untuk merencanakan Visualisasi Anda. Tuliskan semua gagasan Anda dari apa yang Anda ciptakan. Dengan menuliskannya, Anda dapat melihatnya lebih obyektif dan lihatlah apakah itu memang yang benar-benar Anda inginkan. Anda dapat lebih mudah menambahkan atau membuang sesuatu. Anda ingin memastikan bahwa daftar Anda memasukkan segala sesuatu yang Anda inginkan. Jika Anda buntu, bekerjalah dengan petunjuk keilahian, yang mengatakan: "Beritahulah jika masih ada yang tertinggal." Terkadang, Diri-yang-Lebih-Tinggi akan bercahaya dalam sesuatu yang belum Anda lihat atau pikirkan. Anda dapat mengambil semua ciri-ciri fisik dari Visualisasi Anda dan melupakan hal-hal pokok, seperti kedamaian, kasih sayang dan kesenangan.

KetikaAnda sedang menuliskan gagasan-gagasan Anda, jangan benar-benar menggambarkan gagasan-gagasan itu. Yang Anda lakukan adalah

memulai rencana Anda. Begitu Anda mempunyai ide tentang apa yang diinginkan, kemudian aturlah pikiran Anda dan nyatakan rencana Anda dalam kata-kata sejelas dan sesingkat mungkin. Berikut ini adalah beberapa petunjuk untuk merencanakan Visualisasi Anda.

1. Buatlah spesifik

Semakin spesifik Anda, akan semakin baik. Misalnya, jika Anda mencari untuk membeli sebuah mobil baru, jangan hanya meenggambarkan sebuah mobil. Lihatlah yang buatan, model dan warna yang spesifik juga. Jika Anda tidak merasa yakin dengan hal pasti yang diinginkan, buatlah spesifik dari kualitas yang Anda inginkan. Terkadang, kualitas yang spesifik lebih penting daripada hal lainnya. Misalnya, jika Anda mencari seorang teman, maka Anda akan lebih melihat kualitas yang sifatnya spesifik dari diri seseorang ketimbang gambaran fisiknya. Barangkali Anda ingin bahwa orang tersebut baik, lucu, menarik, dan seterusnya. Ini akan membantu Anda untuk mendapatkan perasaan yang lebih jelas dari apa yang Anda inginkan.

2. Buatlah Realistis

Semakin asing Visualisasi Anda, maka semakin sulit hal itu akan direalisasikan. Jika tujuan Anda dapat dilakukan, maka hasilnya pun akan dapat cepat terlihat. Anda akan merasa lebih senang dan bersemangat. Anda harus menggunakan pengertian-pengertian yang umum. Namun, Visualisasi dengan tujuan jangka panjang juga tidak salah. Hanya saja perlu diketahui bahwa Visualisasi jangka panjang merupakan sebuah rencana yang akan memerlukan waktu dan energi yang lebih besar untuk diwujudkan.

3. Hati-hati dengan Motivasi Anda

Ujilah motif Anda untuk mengekspresikan sejumlah kreasi. Anda harus mendekati pekerjan Anda secara konstruktif. Jika Anda berpikiran egois, maka Anda tidak akan terhubung dengan visi Tuhan dan Anda akan menciptakan masalah untuk diri sendiri dan orang lain. Visualisasi Anda haruslah situasi yang sama-sama menguntungkan untuk semua yang terlibat.

4. Lihatlah Diri Sendiri dalam Melakukan Tindakan

Apapun yang Anda rancang, lihatlah itu sebagai sesuatu yang selesai, lengkap dan sempurna. Jika Anda menggambarkan sebuah mobil baru, lihatlah

diri Anda yang sedang mengendarai mobil. Jika Anda menggambarkan seorang teman, lihatlah diri Anda dengan orang itu, bersenang-senang, tertawa, berjalan bergandengan tangan. Atau jika Anda menggambarkan sebuah pekerjaan baru, lihatlah diri Anda siap untuk melakukan pekerjaan itu. Seperti halnya dengan Afirmasi, Anda ingin menjadi diri yang aktif pada saat ini.

5. Mempunyai Kepercayaan yang Lengkap

Sebelum Anda mulai melakukan Visualisasi, maka mau tidak mau Anda harus mempunyai kepercayan penuh dalam mencapai kesuksesan. Jika kesuksesan benar-benar bagian dari rancangan Tuhan, apakah hal ini tidak akan terwujud? Jika Anda memiliki rasa takut, maka Anda akan memantulkan rasa takut itu, yang hanya kebalikan dari apa yang Anda inginkan. Anda akan menciptakan dua citra antagonis dan hasilnya akan membingungkan.

6. Jangan Membatasi Waktu

Ini bisa jadi sulit, terutama ketika Anda dalam kebutuhan mendesak. Tetapi begitu Anda melakukan Visualisasi, maka Anda harus melepasnya pergi dan berkembang dalam waktu Tuhan. Jika Anda telah melakukan sesuatu dengan benar, maka energi berada dalam gerakan dan akhirnya akan terwujud. Tetapi Anda tidak dapat memerintah rute yang pasti yang harus diambilnya, atau bahkan mempunyai pilihan seperti bagaimana dan kapan ia akan terjadi. Jika, sesudah periode waktu tertentu, ia masih belum datang, maka Anda dapat memperkuat Visualisasi atau mengevaluasi kembali situasinya.

7. Simpan Visualisasi Anda untuk Diri Anda Sendiri

Visualisasi Anda adalah urusan Anda sendiri. Adalah sangat tidak bijaksana untuk menceritakan segala rencana Anda kepada orang lain. Saya telah melihat banyak rencana bagus namun tidak sepenuhnya berhasil dicapai, hal ini disebabkan karena semua hal yang berkaitan dengan rencana tersebut telah disebarluaskan. Visualisasi membutuhkan waktu untuk tumbuh, dan jika Anda berbicara tentang hal ini terlalu banyak, maka Anda tidak akan memberikan waktu untuk mengumpulkan energi spiritual, yang paling mungkin untuk menetralisir keefektifan penggambaran keseluruhan diri Anda.

Cahaya dan Visualisasi

Seperti dengan Afirmasi, menempatkan cahaya ke dalam Visualisasi Anda membuat kesan yang lebih kuat dan mengurangi waktu yang dibutuhkan untuk mewujudkannya. Ini juga membantu untuk mempertahankan konstruksi Visualisasi Anda dan dalam cahaya kehendak Tuhan. Cahaya menekankan pada kekuatan Tuhan, yang bekerja dalam kesadaran Anda untuk menggerakkan gambar Anda yang diproyeksikan ke dalam dunia luar.

Pertama, lakukanlah pemurnian untuk membersihkan pikiran Anda. Gunakan meditasi Diri-yang-Lebih-Tinggi untuk menurunkan cahaya putih murni untuk mengaktifkan Visualisasi Anda. Secara khusus, Anda memerlukan cahaya putih agar menyentuh ke dalam sel-sel otak sehingga mereka mudah untuk menerima proses secara keseluruhan.

Ketika Anda telah merasa terhubung dengan cahaya, mulailah Visualisasi Anda. Rasakan bahwa cahaya putih mempercepat dan menegaskan kekuatan dari apapun yang Anda bayangkan. Sekali lagi, lihatlah diri Anda melakukan apapun yang Anda ingin ciptakan. Lakukanlah ini keluar dalam pikiran Anda. Rasakan benar-benar hingga hal tersebut telah terjadi pada diri Anda.

Manakala Visualisasi Anda selesai, Anda tidak harus melakukan apapun lagi. Anda telah menanam benih spiritual, Anda tidak perlu kembali dan menggalinya untuk melihat apakah benih tersebut tumbuh. Tetapkan diri Anda untuk memahami bahwa Visualisasi akan datang sesuai dengan kehendak Ilahi. Jika Anda melakukan sesuatu untuk mengganggu pemahaman itu, ulangi saja Visualisasi Anda. Jika, setelah periode waktu yang wajar ini tidak terjadi, maka Anda dapat mengulangi Visualisasi, atau mengevaluasi kembali rencana Anda.

BAB
14

Penutup

Merupakan kehormatan dan kebahagian bagi saya untuk menuliskan berbagai pengetahuan yang saya miliki dan menerbitkannya menjadi buku ini. Saya berharap bahwa saya telah menanamkan antusiasme pada Anda untuk mengubah hidup Anda dan menunjukkan bahwa Anda mempunyai potensi keilahian dan kemuliaan. Anda lebih mulia di mata Tuhan daripada yang dapat Anda bayangkan. Dikatakan bahwa jika satu orang hilang dari ciptaan, maka dunia tidak akan lengkap. Anda sangat diperlukan dalam rencana kehidupan yang besar bagaimana pun luasnya rencana itu. Dalam petualangan yang hebat ini, aura dan cahaya spiritual adalah teman sejati yang selalu dapat Anda andalkan, dan merupakan dorongan utama dari berbagai upaya dan kegiatan dalam kehidupan Anda.

Hidup tidak dapat tetap dalam keadaan *status quo*. Kegiatan dan perubahan adalah sesuatu yang tak terhindarkan untuk terjadi. Pertanyaannya bukan apakah kehidupan akan berubah tetapi *bagaimana* kehidupan akan berubah. Jawaban terhadap pertanyaan ini sepenuhnya terserah pada Anda. Jika Anda memperlakukan hidup dengan lalai, maka Anda tidak akan mendapat banyak darinya, dan kemajuan Anda akan lemah. Anda perlu tegas dan berani mengambil kesempatan. Ketika kesempatan untuk berkembang meningkat, Anda harus memanfaatkannya sebaik mungkin.

Anda adalah aura yang Anda pancarkan. Ketika Anda meninggalkan dunia ini menuju ke alam baka, Anda akan meninggalkan dunia dengan aura yang telah Anda peroleh. Jika kehidupan Anda telah menjadi yang terbaik, maka Anda tidak akan secara tiba-tiba datang ke dalam aura orang yang suci. Anda akan menjadi persis siapa Anda, sehingga Anda perlu untuk mulai memperbaiki aura Anda sekarang juga. Tujuan meninggalkan kehidupan ini dengan aura yang lebih baik daripada yang Anda masuki dengan pembangunan yang terus menerus cahaya Anda melalui tindakan, kata-kata dan pikiran yang baik. cahaya yang Anda kumpulkan akan memberikan Anda kekayaan spiritual melebihi ukuran, suatu kekayaan yang tidak pernah dapat diambil dari Anda.

Berubahlah. Dunia adalah tempat yang sangat aktif saat ini, dan Anda perlu untuk mempertahankan pikiran tetap tajam. Hanya karena disana ada kesempatan yang lebih besar untuk tumbuh dari pada sebelumnya, disana ada juga godaan dan gangguan yang hanya akan mengarahkan Anda jauh dari takdir Anda yang sebenarnya dan menunda kemajuan Anda. Manfaatkan kesadaran dan pengetahuan spiritual Anda untuk menjalani kehidupan sesuai dengan idealisme tertinggi yang Anda bayangkan. Ketahuilah bahwa semua yang Anda lakukan akan membuat berbeda pada Anda dan setiap orang di dunia, dalam keadaan suka maupun keadaan duka. Tak masalah jika perbuatan Anda diakui atau tidak diakui oleh orang lain. Tuhan melihat apa yang Anda lakukan, dan tindakan-tindakan itu terdaftar dalam aura Anda.

Buatlah ini menjadi suatu titik untuk bekerja pada aura Anda setiap hari, untuk menghubungkannya dengan cahaya, dan untuk memasukkan setiap pikiran, tindakan, kata-kata dan perbuatan dengan cahaya ini. Ingatlah bahwa Anda membawa cetak biru spiritual menjadi sebuah ungkapan Kasih Sayang dan kebijaksanaan Tuhan, yang meringankan pikiran tidak hanya bagi diri Anda sendiri, tetapi semua yang datang berhubungan dengan Anda. Ini merupakan jalur evolusi yang sangat bagus yang mengarahkan kita keatas menuju surga, dan akhirnya kepada Tuhan.

LAMPIRAN

Referensi Cepat untuk Meditasi

Tiga Kunci untuk Bekerja dengan Energi Spiritual

1. Putuskan apa yang cahaya lakukan untuk diri Anda.
2. Tariklah cahaya ke dalam aura Anda
3. Gunakan cahaya untuk mempengaruhi perubahan yang Anda inginkan.

Enam Langkah Menurunkan Cahaya

1. BERSANTAILAH

Sebelum mulai melakukan meditasi, tenangkan dulu pikiran Anda. Lepaskan sepatu Anda dan luruskan kaki. Ini akan membantu energi untuk dapat mengalir dengan bebas.

2. PERLINDUNGAN

Bayangkan diri Anda berada dalam gelembung cahaya keemasan. Niatkan agar gelembung ini mengitari Anda dalam tujuh aliran dari energi yang bagus dan lakukan meditasi perlindungan.

3. PERIKSALAH PUSAT-PUSAT ANDA

Pastikan empat pusat bergerak *searah dengan jarum jam* (seolah-olah Anda adalah jam). Periksalah pusat-pusat Anda dengan menempatkan tangan

kanan di atas tangan kiri, di atas masing-masing pusat dan rasakan apakah mereka bergerak searah dengan putaran jarum jam. Jika tidak, niatkan agar cahaya putih datang ke pusat itu dan mengubah gerakan pusat menjadi searah dengan jarum jam.

4. Berhubungan dengan Diri-yang-Lebih-Tinggi Anda

Sambil duduk di atas sebuah kursi yang nyaman, luruskan kaki, letakkan tangan kanan di atas tangan kiri di atas pusat emosioal, bayangkan matahari keemasan berukuran 24 inci di atas kepala Anda secara fisik (Titik Diri-yang-Lebih-Tinggi).

Rasakan diri Anda dalam kondisi tubuh yang baik ketika Anda memusatkan diri Anda dalam Diri-yang-Lebih-Tinggi Anda.

5. Turunkan Cahaya

Niatkan agar cahaya diturunkan kepada Anda dan ucapkan secara lisan (doa meditatif). Disaat Anda melakukannya, bayangkan cahaya akan menjadi yang pertama menuju Titik Diri-yang-Lebih-Tinggi dan kemudian menyinari aura dan keempat pusat utama Anda. Hanya tiga hingga lima menit untuk masing-masing cahaya yang Anda butuhkan.

6. Terhubung

Setelah cahaya turun, ucapkan rasa syukur dan ambil waktu sesaat untuk merasakan cahaya yang seimbang sepanjang aura Anda. Rasakan Anda dalam tahap terhubung dan terpusat sebelum mengakhiri meditasi Anda.

Sepuluh Energi Spiritual yang Dapat Digunakan

Kobaran Api Merah-Oranye

Pemurnian, pembersihan. Melepaskan atom abu-abu dan hitam dan melarutkan atom-atom ini ke dalam lautan mineral.

Api Putih Biru

Bersifat melengkapi aura, memberi kekuatan hidup baru. Selalu ikutkan sinar ini setelah bekerja dengan kobaran api merah oranye. Sinar penyembuhan yang bagus.

Sinar Keemasan dari Cahaya Kebijaksanaan

Kebijaksanaan, keberanian, kekuatan dari dalam, percaya diri, keyakinan, kehendak ilahi dan perlindungan. Sinar ini memberikan kekuatan dinamis dari Tuhan.

Sinar Merah Muda Mawar yang Tegas

Cinta spiritual, rasa iba, kepercayaan, dan pengertian. Sinar ini memberikan kekuatan yang memelihara dan magnetis dari Tuhan.

Sinar Lembayung

Kedamaian yang dalam. Baik untuk menyembuhkan kesedihan.

Sinar Hijau Emerald

Keseimbangan dan keselarasan. Terutama penting untuk berada dalam Pusat Hermetik.

Sinar Keperakan

Kecerdasan Ilahi, persepsi. Terutama penting dalam tubuh mental dan sel-sel-sel otak.

Sinar Kuning Lemon

Kekuatan konsentrasi. Sangat efektif ketika Anda belajar untuk menguji atau memadukan material baru.

Sinar Hijau Biru

Kemakmuran, pemberian, dan kelebihan.

Cahaya Putih Murni

Memajukan pikiran spiritual. Sinar ini membantu menyeimbangkan, mensejajarkan, memusatkan dan membiasakan kesadaran terhadap gerakan hati keilahian.

Empat Pusat Spiritual Utama

(Semua pusat harus bergerak searah dengan putaran jarum jam)

PUSAT MENTAL (MANGKOK TRINITAS)

Terletak di tengah-tengah dahi, pusat ini adalah inti dari tingkatan pemikiran kita. Ia merupakan titik di mana kita menghubungkan pikiran, tubuh, dan jiwa dengan spirit.

PUSAT TENGGOROKAN (EGO ABADI)

Terletak di tengah-tengah tenggorokan, pusat ini tempat kita mengungkapkan kekuatan dari kata-kata kita. Ketika kita berbicara secara positif, maka kata-kata kita bergerak keluar dalam *suara spiritual.*

PUSAT HERMETIK (PUSAT JANTUNG)

Terletak di tengah-tengah dada, pusat ini adalah inti dari semua urusan keduniawian kita, yang meliputi orang, tempat, benda, kondisi, situasi dan kondisi yang mengangkat sebuah situasi.

PUSAT EMOSIONAL (JANTUNG SPIRITUAL)

Terletak di bawah perut di belakang pusar, pusat ini adalah inti dari sifat emosional kita, yang positif maupun negatif.

Tentang Penulis

BARBARA

Ia terkadang disebut sebagai "Mozart-nya Metafisika (*The Mozart of Metaphysics*)," Barbara Martin adalah perintis awal dalam bidang metafisika dan ia dikenal karena pengetahuannya bekerja dengan aura dan energi spiritual. Dilahirkan dengan talenta kewaskitaan yang tinggi, sehingga ia mampu melihat aura yang *lengkap* juga fenomena spiritual sejak ia masih kecil. Ia menjadi salah satu dari orang-orang pertama yang berhasil dalam ceramah umum keliling dan berbicara tentang aura secara mendalam, bahkan sebelum fotografer Kirlian membawa aura ke kesadaran publik.

Barbara mempunyai pengalaman yang luas sebagai seorang pembicara sebelum masuk ke perguruan tinggi, beberapa organisasi khusus, kelompok masyarakat dan sipil. Ia telah menulis banyak buku dan artikel tentang metafisika dan aura, muncul di televisi, dan memberikan konsultasi pada banyak selebriti. Baru-baru ini ia bersama kawannya telah mendirikan Spiritual Arts Institute, dimana ia mengajarkan tentang aura dan metafisika melalui kegiatan lokakarya atau di dalam kelas.

Tentang Mitra Kerjasama

DIMITRI MORAITIS

Dimitri Moraitis terlatih sejak awal dalam produksi film/televisi dan mempunyai pengalaman yang sangat luas dan beragam dalam dunia

hiburan dan periklanan sebagai produser, penulis, dan sutradara. Ia telah menerima beberapa penghargaan dan tanda kehormatan atau medali, di antaranya nominasi Academy Awards untuk filmnya *Don't Let It Bother You.* Dimitri telah menjadi mitra Barbara dalam penulisan selama beberapa tahun dan ia merupakan teman Barbara yang ikut mendirikan Spiritual Arts Institute.